Aus dem Institut für Geschichte und Ethik der Medizin
an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg
(Direktor: Prof. Dr. Josef N. Neumann)



Die Anwendung der tibetischen Medizin in Indien und Nepal

Dissertation
zur Erlangung des akademischen Grades
<Doktor der Medizin (Dr. med.)>

vorgelegt
der Medizinischen Fakultät
der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg

von Mirja Marie Bramsiepe
geboren am 31.05.1978 in Düsseldorf

Gutachter:
Prof. Dr. J. Neumann
Prof. Dr. W. Slesina
Prof. Dr. J. Aschoff

Datum: 21.05.2007

urn:nbn:de:gbv:3-000012494
[http://nbn-resolving.de/urn/resolver.pl?urn=nbn%3Ade%3Agbv%3A3-000012494]

Meinen Lehrern

Kurzreferat

Die vorliegende Dissertation beschreibt, wie die tibetische Medizin im 21. Jahrhundert in Südasien praktiziert wird. Sie beschäftigt sich mit der Fragestellung, welche ihrer Methoden noch angewendet werden und wie sie sich in Indien und Nepal *inkulturieren* konnte.

Dazu bin ich für drei Monate durch Indien und Nepal gereist und habe sowohl tibetische Ärzte getroffen als auch Schulen der tibetischen Medizin besucht. Zur Sammlung der Daten wurden in unterschiedlichen Arztpraxen zwei bis dreitägig alle Patienten protokolliert. Außerdem habe ich mit den Ärzten Interviews über die Anwendung ihrer Medizin geführt. Dabei konnten folgende Ergebnisse festgehalten werden:

Derzeit gibt es in Südasien tibetische Ärzte mit sehr unterschiedlichen Ausbildungen, vom Studium an einer Schule der tibetischen Medizin bis zur Lehre beim Vater. Die Ärzte haben zumeist Praxen und reisen häufig als „Wanderärzte“ innerhalb Südasiens und ins Ausland.

Die meisten Patienten sind Inder oder Nepali und nur 23,6% der Patienten Tibeter. Durchschnittlich suchen 30 Patienten pro Tag eine Arztpraxis auf, wobei es in den großen Städten zumeist bis zu 100 Patienten täglich sind. Eine Konsultation dauert im Durchschnitt 7:13 Minuten. Hierbei werden hauptsächlich eine Pulsdiagnostik und eine Befragung durchgeführt und mit Ratschlägen zu Ernährung und Verhalten und tibetischen Medikamenten therapiert. Dabei kann ein Arzt zur Behandlung aus durchschnittlich 100 bis 200 unterschiedlichen Pillen auswählen. Die Urindiagnostik (1,9%) und externe Therapiemethoden wie zum Beispiel Moxa oder Schröpfen (3,2%) werden sehr selten angewendet. Der tibetische Arzt kontrolliert seinen Heilerfolg zumeist über die Pulsdiagnostik und das Erscheinungsbild des Patienten.

Die hauptsächlichen Krankheitsbilder in Südasien sind Krankheiten aus dem gastroenterologischen und dem rheumatologischen Formenkreis. Es ergeben sich Unterschiede zum Norden, wo man gehäuft Leberprobleme, Arthrose und Tbc vorfindet. Im Süden dagegen treten mehr Diabetes, Arthritis oder Hypertonie in Erscheinung.

Vor allem in Indien arbeiten die tibetischen Ärzte gerne mit ihren allopathischen Kollegen zusammen. Dies betrifft den Bereich der Forschung. Bei speziellen Krankheitsbildern, wie zum Beispiel nach Unfällen, überweisen sie ihnen häufig ihre Patienten.

Bedingt durch die große Anzahl der Patienten, umfasst die Standardversorgung eines tibetischen Arztes Pulsdiagnostik und Befragung, sowie das Verschreiben von Medikamenten und Geben von Ratschlägen. Die Ärzte haben sich sehr gut an ihre neuen Verhältnisse in Indien und Nepal angepasst und finden folglich auch großen Zuspruch bei der Bevölkerung. Eine *Inkulturation* hat somit zum großen Teil stattgefunden.

Bramsiepe, Mirja: Die Anwendung der tibetischen Medizin in Indien und Nepal
Halle, Univ., Med. Fak., Diss., 201 Seiten, 2007

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Schon vor meinem Studium war ich sehr an der tibetischen Medizin interessiert und plante parallel zur allopathischen Medizin die Tibetische zu erlernen. Bald habe ich mir überlegt, darüber meine Dissertation zu schreiben. Nur wusste ich anfangs nicht, wie ich dies realisieren, und über welches konkrete Thema ich schreiben könnte. Zunächst hatte ich Professor Neumann gefragt, ob es möglich wäre, im Fachgebiet der Geschichte der Medizin über die tibetische Medizin zu schreiben. Kurz nach seiner Zusage fand ein Kongress über asiatische Medizin in Halle statt, an dem ich teilnehmen konnte und so auch den ersten tibetischen Arzt, Dr. Tamdin, kennen lernte. Inspiriert vom Kongress fragte ich Professor Aschoff aus Ulm, den ich ebenfalls dort getroffen hatte, nach einem Thema das sich mit der tibetischen Medizin beschäftigt. Er lieferte mir die Idee zu dieser Arbeit und über die Kontakte auf dem Kongress bekam ich die ersten Anlaufstellen in Indien und Nepal. Drei Monate später reiste ich nach Kathmandu und erarbeitete in den kommenden vier Monaten in Indien und Nepal die Grundlagen zu meiner Doktorarbeit.
Tatsächlich wurde mir erst im Laufe meiner Reise bewusst, welche Bedeutung eine solche Dissertation sowohl für die tibetische Medizin, als auch für uns Europäer hat. In einem Zeitalter, in dem alternative Behandlungsmöglichkeiten mehr an Bedeutung gewinnen, ist es um so wichtiger, die einzelnen Methoden unterscheiden zu können. Die tibetische Medizin ist in der westlichen Welt im Vergleich zu anderen alternativen Heilmethoden ziemlich unbekannt. Immer häufiger jedoch wird sie auch in Deutschland auf Seminaren für Ärzte oder Heilpraktiker gelehrt.
Die Tibeter haben mich in jeder Stadt stets sehr freundlich aufgenommen und sich über das Interesse an ihrer Kultur gefreut, ebenso über meine Absicht etwas davon weiterzugeben. Da es für sie als „Flüchtlinge" schwierig ist, ihr Medizinsystem so zu erhalten, wie es früher in Tibet existierte, schätzen sie es umso mehr, wenn ihre Kultur weiter in den Westen getragen wird. Allopathische Ärzte, die sich für die tibetische Medizin interessieren, betrachten sie dabei oft als eine Brücke zwischen diesen beiden Heilsystemen.

So hoffe ich, mit dieser Dissertation einen guten Einblick in das umfangreiche Gebäude der tibetischen Medizin zu geben und zu verdeutlichen, wie sie heute praktiziert wird. Möge meine Arbeit sowohl den tibetischen, als auch den allopathischen Ärzten nützlich sein.

München, 24. August im Feuer-Hund Jahr (2006)

1. Einleitung und Fragestellung

Seit den letzten 50 Jahren beginnt sich die in Europa noch recht unbekannte tibetische Medizin als „alternative Heilmethode“ aus Asien neben der traditionellen chinesischen Medizin und dem Ayurveda immer mehr zu etablieren. Die frühesten Hinweise auf die tibetische Medizin stammen aus dem 5. nachchristlichen Jahrhundert. In Tibet wurde zu dieser Zeit noch die schamanistische Bön-Religion praktiziert, die das alte Medizinsystem der Tibeter damals prägte.[1]

Die ersten Einflüsse von außerhalb Tibets entwickelten sich während der Regierungszeit des 28. Königs von Tibet.[2] Zwei indische Mediziner besuchten ihn, und der Ältere der beiden erhielt die Tochter des Königs zur Frau. Der Sohn des Paares, Dhungi Thorchok, studierte ebenfalls die neuen aus Indien stammenden Schriften und wurde seither als der erste tibetische Arzt bezeichnet. Er gründete die Tradition der Leibärzte der Könige. Seither wurde das medizinische Wissen von Generation zu Generation weitergegeben.[3]

Eine bedeutende Rolle in der Entwicklung der tibetischen Medizin spielte der 32. König Song Tsen Gampo, der im 7. Jahrhundert n. Chr. sowohl den Buddhismus, als auch die Schrift in Tibet einführte. So konnte von nun an das medizinische Wissen erstmals niedergeschrieben werden. Er lud Ärzte aus Indien, China, Persien und der Mongolei ein, die ihr Wissen weitergaben und ins Tibetische übersetzten. Es entwickelten sich zu dieser Zeit die ersten beiden durch Schüler von Hinduärzten aus Indien gegründeten Schulen der tibetischen Medizin.[4]

Im 8. Jahrhundert n. Chr., unter der Herrschaft von König Trisong Detsen, erreichte der Buddhismus in Tibet seinen Höhepunkt. Der König lud den buddhistischen Lehrer Padmasambhava[5] nach Tibet ein. Dieser verbreitete dort den Buddhismus und erbaute viele Klöster. Ihm folgte sein Schüler, der Übersetzer Vairocana, der eine große Anzahl Texte von Indien nach Tibet brachte. Darunter befanden sich auch medizinische Texte wie das Gyüshi, das bis heute noch das wichtigste Lehrbuch der tibetischen Medizin ist. Er übergab es dem berühmten Arzt-Heiligen Yuthog Yönten Gonpo, der es in einem Pfeiler des Klosters Samye versteckte, damit es dort, wenn die Zeit reif ist, wiederentdeckt werden konnte.[6]

Auch wurde eine medizinische Konferenz einberufen, zu der Ärzte aus China, Indien, der Mongolei, Turkestan, Persien, Nepal sowie weiteren Ländern eingeladen wurden. Sie versammelten sich in Tibet, um Erfahrungen auszutauschen und voneinander zu lernen. Ihr Wissen wurde in Texten zusammengefasst. Nach dieser Konferenz wurden vier Gelübde

---

[1] Vgl. Curic (1998), S. 56.
[2] Ca. 254 bis 374 n. Chr.
[3] Vgl. Amipa-Desam (2000), S.14-15.
[4] Vgl. Badmajeff (1994), S. 25, Schweppe (1998), S.23, Clifford (1989), S.80-81.
[5] Tib. Guru Rinpoche.
[6] Diese Art von Texten werden als Termas bezeichnet: von Padamsambhava und seiner tibetischen Gefährtin Yeshe Tsogyal versteckte Lehren, die dadurch, dass sie versteckt wurden erhalten blieben und von späteren Schatzfindern (tib. Tertön) wiederentdeckt wurden. s. Nydahl (2004), S. 188.

abgelegt, die von allen Ärzten eingehalten werden sollten. Demnach wurde erwartet, dass ein Arzt altruistisch handelt, Faulheit und Verzögerung vermeidet, keine berauschenden Getränke zu sich nimmt und die Patienten mit Liebe und Mitgefühl behandelt.[7]

Nach dem Tod von Yuthog im Alter von 125 Jahren übernahm der König Lang Darma die Macht. Er war Anhänger der alten Bön-Religion, bekämpfte den Buddhismus und zerstörte zahlreiche Klöster. Trotz dieser Unterdrückung des Buddhismus im 9. und 10. Jahrhundert n. Chr., konnte die Medizin überleben. Das 8. bis 12. Jahrhundert wird sogar als das goldene Zeitalter der tibetischen Medizin bezeichnet.[8]

Im 10. Jahrhundert n. Chr. kam es zu einem erneuten Aufschwung des Buddhismus. Zahlreiche Übersetzer wie Marpa aus Lhotrak[9] und der indische Gelehrte Atisha brachten viele buddhistische und auch medizinische Texte nach Tibet.[10] Mitte des 11. Jahrhunderts wurde dann das Gyüshi, wie es von Padmasambhava prophezeit wurde, wiederentdeckt. Yuthog der Jüngere[11], der berühmteste Arzt seiner Zeit, bearbeitete und kommentierte es zu der heute bekannten Form.[12]

Das Gyüshi wird am besten mit „Vier *Tantras*[13]" oder auch „Vierwurzelschrift" übersetzt.[14] Die genaue Übersetzung lautet „Ambrosia Herz-*Tantra*: Die geheime mündliche Unterweisung über die Acht Zweige der Wissenschaft vom Heilen." Es enthält die komplette tibetische Medizin, wie sie auch heute noch von Studenten erlernt wird.

Laut dem Entstehungsmythos der Tibeter geht das Gyüshi auf Buddha Shakyamuni zurück. Hierbei soll er sich in zwei Emanationen[15], nämlich als den Geist des heilenden Buddha in der Gestalt des Weisen Rigpai Yeshe, und als die Rede des heilenden Buddha, in der Form des Weisen Yilay Kye, manifestiert haben. So ist das Gyüshi auch als Dialogform zwischen diesen beiden Emanationen verfasst.[16]

Im 13. Jahrhundert verbreitete sich die tibetische Medizin auch jenseits ihrer angestammten Grenzen in der Mongolei und von dort aus weiter nach Sibirien.[17]

Einen neue Blüte erfuhr die tibetische Medizin unter der Herrschaft des fünften Dalai Lama Ngawang Lobsang Gyatso[18], der drei Lehranstalten gründete und umfangreiche Übersetzungen indischer Lehrbücher der Medizin veranlasste. Auch das Chakpori Institut, das eine Schule und ein Krankenhaus enthielt, entstand in dieser Zeit.[19]

[7] Vgl. Khangkar (1986), S.6, Schweppe (1998), S. 24-26, Clifford (1989), S. 84-85.
[8] Vgl. Schweppe (1998), S. 26, Clifford (1989), S. 85.
[9] Vgl. Trungpa (1995), S .xxvii.
[10] Vgl. Curic (1998) S. 57.
[11] Ca. 1126-1202.
[12] Vgl. Curic (1998) S. 57.
[13] Kursiv geschriebene Wörter werden im Anhang „Definitionen" erläutert.
[14] Vgl. Finckh (1975) S. 13.
[15] Buddha manifestiert sich in zwei verschiedene Personen, die aber nur ein unterschiedlicher Ausdruck von ihm selbst sind.
[16] Vgl. Clifford (1989) S. 74-75.
[17] Vgl. Curic (1998) S. 57.
[18] 1617-1682.
[19] Vgl. Clifford (1989), S. 88, Schweppe (1998), S. 31.

Gleichzeitig breitete sich die tibetische Medizin auch weiter außerhalb ihrer Grenzen bis nach Burjatien[20] aus. Im Jahre 1857 gelangte sie dann durch den tibetischen Arzt Sul-Tim-Badma bis nach St. Petersburg und somit erstmals nach Europa. [21]
Schließlich wurde zur Zeit des 13. Dalai Lama, am Anfang des 20. Jahrhunderts, das Men-Tsee-Khang[22] Institut in Lhasa gegründet. Dieses Institut war auch Laien zugänglich und die Ausbildung mehr praktisch orientiert.[23]

Generell war die tibetische Medizin bis 1950 sehr isoliert und in Europa so gut wie nicht bekannt. Dies lag vor allem daran, dass die Tibeter sie als eine Geheimlehre auffassten, die nur vom Lehrer an den Schüler weitergegeben wurde und deshalb die Grenzen Tibets selten überschritt.[24] Sie wurde als eine von Mönchen und Nonnen ausgeübte buddhistische Medizin angesehen.[25] Es war beispielsweise keinem Ausländer erlaubt, an den Medizinschulen in Tibet zu studieren.[26]
Mit der Invasion der chinesische Armee in Tibet 1950 - 1959[27] veränderte sich die Situation der tibetischen Medizin jedoch in entscheidendem Maße. Die chinesische Armee hat neben der Zerstörung der buddhistischen Klöster und Denkmäler, sowie der Ermordung vieler Mönche und Nonnen,[28] auch einen Großteil der medizinischen Kultur des Landes zerstört. So wurden von den 1000 Ärzten, die zu dieser Zeit in Tibet lebten, die meisten getötet.[29] Nur 12 Ärzte flohen im Jahre 1961 mit dem Dalai Lama und ca. 80000 weiteren Tibetern ins Exil.[30] Auch viele medizinische Einrichtungen wurden zerstört, wie zum Beispiel das Chakpori Institut, das im März 1959 bis auf die Grundmauern niederbrannte.[31]
Ein zweiter Aspekt ist die Neuorientierung der ins Exil nach Indien, Nepal, Sikkim, Ladakh oder Bhutan geflohenen Tibeter. Sie nahmen viele wertvolle heilige Texte, Statuen und andere Reliquien aus ihrem kulturellen Erbe mit, um sie vor der Zerstörung zu retten.[32] Im Jahre 1990 lebten ca. 110 000 Tibeter im Exil. Dabei entwickelte sich Dharamsala[33], der Hauptsitz des Dalai Lama und der Exilregierung, zur „Exilhauptstadt" Tibets.[34]
Zum Fortbestand der tibetischen Medizin musste eine Umorientierung stattfinden. Beispielsweise wurde 1961 in Dharamsala das erste medizinische Institut im Exil gegründet.

[20] Burjatien ist eine Republik in Rußland. Sie liegt im Föderationskreis Sibirien an der Grenze zur Mongolei, umfasst das Ostufer des Baikalsees und reicht bis zum Jablonowygebirge. Es ist das Zentrum des tibetisch geprägten Buddhismus in Russland.
[21] Vgl. Badmajeff (1994), S. 27.
[22] Übersetzt: das Haus der Medizin und Astronomie.
[23] Vgl. Tsewang (1992), S. 15.
[24] Asshauer (1999), S. 9.
[25] Vgl. Schipperges (1978), S. 189.
[26] Vgl. Finckh (1975), S. 11.
[27] Vgl. Methfessel (1995), S. 30-31.
[28] Vgl. Lama (1991), S. 19.
[29] Vgl. Curic (1998), S. 54.
[30] Vgl. Finckh (1975), S. 11.
[31] Vgl. Lama (1991), S. 59.
[32] Vgl. Methfessel (1995), S. 31-37.
[33] Dharamsala ist eine Stadt im indischen Bundesstaat Himachal Pradesh. In McLeod Ganj, dem oberen Dharamsala gewährte die indische Regierung dem Dalai Lama und vielen tibetischen Flüchtlingen Asyl. Hier befindet sich auch das Institut für tibetische Medizin.
[34] Vgl. Methfessel (1995), S .41-42.

Dieses Institut, genannt Men-Tsee-Khang, gleichnamig zu jenem in Lhasa, dient heute der Ausbildung tibetischer Ärzte, produziert tibetische Pillen und fungiert gleichzeitig als Krankenhaus. Bis 1990 wurden dort 70 tibetische Ärzte ausgebildet.[35] Auch ein neues Chakpori Institut entstand auf indischem Boden. Es wurde 1993 von Trogawa *Rinpoche*[36] in Darjeeling gegründet.[37] Seitdem ist es nicht nur Tibetern, sondern auch Ausländern möglich, tibetische Medizin in Indien zu studieren. Dadurch wurde die Medizin ebenfalls außerhalb der Grenzen Tibets immer bekannter und verbreitete sich sogar über die Grenzen Asiens hinaus. Weil der Dalai Lama seit den 70er Jahren immer mehr Berühmtheit im Westen erlangte und sich sehr für die tibetische Medizin einsetzte, wurde das Interesse an ihr immer größer.[38] Demgegenüber wurde es in Tibet schwieriger, eine Ausbildung in tibetischer Medizin zu erhalten, da viele Einrichtungen entweder zerstört oder mit der allopathischen Medizin stark vermischt wurden.[39] Aus diesem Grund fliehen heute wieder viele Tibeter nach Indien, um dort eine medizinische Ausbildung zu erhalten.

Die vorliegende Arbeit befasst sich mit dem Thema, in welchem Maße die tibetische Medizin, wie sie einst in Tibet existierte, heute noch praktiziert wird und inwieweit sie in Indien und Nepal *inkulturiert*[40] ist. Dazu wurden stichprobenartig tibetische Ärzte aus unterschiedlichen Regionen Südasiens befragt und ihre Patientendaten dokumentiert. Die Ergebnisse werden mit einem traditionellen Lehrtext der tibetischen Medizin verglichen. Hierbei handelt es sich um ihren Wurzeltext, der den Namen „bdud rći sniń po yan lag brgyad pa gsań ba man ńag gi rgyud“, oder auch kurz „Gyüshi“ trägt. Er wird in meiner Arbeit den derzeit verwendeten Methoden der tibetischen Ärzte gegenübergestellt. Dabei beziehe ich mich nur auf die von mir besuchten Regionen Südasiens.

Zur Analyse der tibetischen Medizin in Indien und Nepal orientiere ich mich im Einzelnen an folgenden Fragestellungen:

1. Wo erhielten die tibetischen Ärzte ihre Ausbildung? Wo kann man heute tibetische Medizin studieren?
2. Welche Tätigkeitsbereiche hat ein tibetischer Arzt?
3. Welche Personengruppen bezüglich Ethnie, Geschlecht und Alter gehen in Indien und Nepal zum tibetischen Arzt?

[35] Vgl. Methfessel (1995), S. 63.
[36] Trogawa Rinpoche ist ein berühmter tibetischer Arzt und gleichzeitig ein hoher Lehrer der Nyigmapa Tradition, einer der vier Schulen des tibetischen Buddhismus.
[37] Vgl. Curic (1998), S. 54.
[38] Asshauer (1999), S. 9.
[39] Asshauer (1999), S. 25-27 bzw. Tibet seit 1950, S. 35.
[40] Die Inkulturation bedeutet in diesem Zusammenhang, die sanfte Eingliederung eines neuen Heilsystems wie die tibetische Medizin in eine andere Kultur, hier von Indien und Nepal (s. Anhang 9). Das bedeutet also, inwieweit ist die tibetische Medizin in Indien und Nepal integriert und wird von der Bevölkerung angenommen und angewendet?

4. Wie viel Zeit braucht ein tibetischer Arzt durchschnittlich für einen Patienten und wie viele Patienten behandelt er durchschnittlich pro Tag? Dabei wird weiter untergliedert in Alter, Ethnie, Ort und Art der Erkrankung. Es wird auch berücksichtigt, wie oft ein Patient zum tibetischen Arzt geht.
5. Welche Krankheitsursachen benennt ein tibetischer Arzt in seiner Region?
6. Welche Diagnose- und Therapiemethoden werden in Indien und Nepal mit welcher Häufigkeit angewendet? Inwieweit sind diese abhängig von Alter, Ethnie, Ort und Art der Erkrankung? Wie kontrolliert der Arzt seinen Heilerfolg? Welche Ratschläge zur Prävention von Krankheiten gibt ein tibetischer Arzt?.
7. Mit welchen Krankheiten wird der tibetische Arzt konfrontiert? Inwieweit sind diese abhängig von Alter, Ethnie und Ort?
8. Die speziellen Themen tibetischer Pharmakologie und Geisteskrankheiten werden mit ausgewählten tibetischen Ärzten näher erörtert.
9. Wo liegen nach Aussagen der tibetischen Ärzte die Grenzen der tibetischen Medizin? Welche Methoden ihrer Medizin lehnen sie ab? Welche Krankheiten können sie nicht heilen und bei welchen Krankheiten überweisen sie zu anderen Ärzten?
10. In welchem Verhältnis steht die tibetische Medizin zur allopathischen Medizin?
11. Welche Stellung hat die tibetische Medizin in Südasien. Hat eine *Inkulturation* stattgefunden?

Da es sich in dieser Arbeit um eine Studie bezogen auf Indien und Nepal handelt, wird bei der Beantwortung der Fragen vor allem Bezug auf meine Interviews mit den tibetischen Ärzten, die von mir erfassten Patienten und die Eigenbeobachtungen genommen.

2. Methoden und Material

2.1. Methoden

Um ein umfangreiches und vielschichtiges Bild der tibetischen Medizin zu erhalten, war es nötig, in den mir zur Verfügung stehenden drei Monaten in unterschiedliche Regionen Indiens und Nepals zu gelangen. So bin ich in große Städte wie Neu Delhi oder Bangalore und in kleinere Dörfer wie Dharamsala oder Kalimpong gereist. Außerdem habe ich Ärzte sowohl im nördlichen Himalaya, als auch im Süden Indiens besucht. Ich habe neben tibetischen Siedlungen auch indische Städte bereist. Die Festlegung der Route hat sich immer sehr spontan ergeben, oft durch Empfehlungen, Beziehungen oder durch Zufall. Folgende Karte zeigt die Reiseroute:

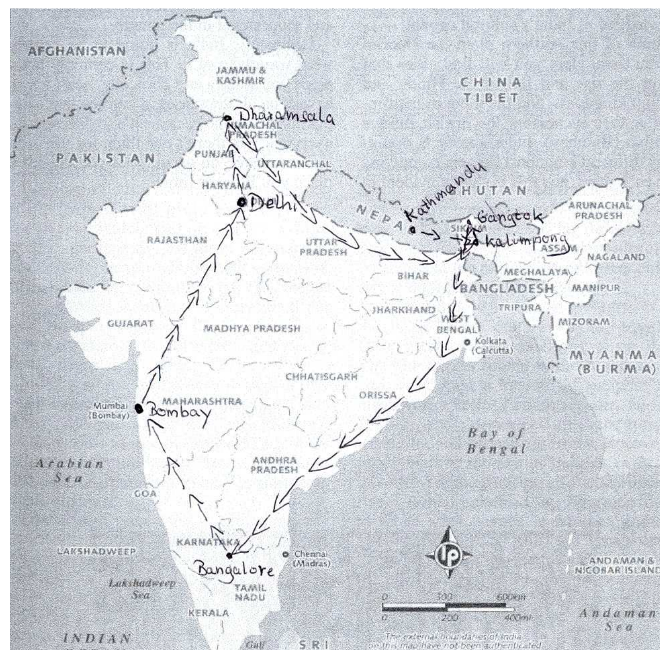


Abbildung 1: Reiseroute durch Indien und Nepal

Grundsätzlich wurden zwei unterschiedliche Methoden zur Datenerhebung angewendet. Zum einen habe ich ein subjektives Interview mit den tibetischen Ärzten über ihre Medizin geführt und zum anderen bei einigen von ihnen eine objektive Praxisvisite vorgenommen.[41] Zusätzlich verwende ich Material, das aus Eigenbeobachtung entstanden ist. Diese Art der Forschung wird grounded theory genannt. Sie bezeichnet einen sozialwissenschaftlichen Ansatz zur systematischen Auswertung vor allem qualitativer Daten (Interviewtranskripte, Beobachtungsprotokolle) mit dem Ziel der Theoriegenerierung. Grounded Theory stellt dabei keine einzelne Methode dar, sondern eine Reihe von ineinandergreifenden Verfahren. Hierbei werden zuerst unterschiedliche Arten von Daten erhoben, die dann im Nachhinein aus-

[41] Das bedeutet ich bin zwei bis drei Tage in ihrer Praxis geblieben und habe objektiv Daten über ihre Patienten und die Herangehensweise des Arztes erhoben.

gewertet werden. So ist es möglich auch diese im Laufe der Studie an die neuen Gegebenheiten anzupassen.[42]

2.1.1 Interviews mit tibetischen Ärzten

Es wurden insgesamt 23 tibetische Ärzte aus unterschiedlichen Regionen Indiens und Nepals, ein ehemaliger Direktor des Men-Tsee-Khang[43] und eine Studentin der tibetischen Medizin nach einem standardisierten Fragenkatalog interviewt. Dies sind im einzelnen folgende Fragen:

Fragebogen für den tibetischen Arzt

1. Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?
2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche?
3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
4. Wer bezahlt Sie?
5. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?
6. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?

Krankheitsursachen:

7. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage die Hauptursachen?

Einteilung von Krankheiten:

8. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie?
9. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?

Diagnose und Therapie:

10. Wie erkennen Sie eine Krankheit?
11. Wie heilen Sie Krankheiten?
12. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?
13. Welche diagnostische Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?
14. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?
15. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?
16. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?
17. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden?
18. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke?

Prävention:

19. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?

Allgemein:

20. Was halten Sie von unserer westlichen Medizin?
21. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Abbildung 2: Fragebogen für den tibetischen Arzt

Außerdem habe ich bei einigen Ärzten Interviews zu speziellen Themen durchgeführt. Dabei handelt es sich um tibetische Pharmakologie, Geisteskrankheiten in der tibetischen Medizin,

[42] Vgl. http://de.wikipedia.org/wiki/Grounded_Theory. Es wird hierbei aus folgendem Buch zitiert: Barney G. Glaser; Anselm L. Strauss: The Discovery of Grounded Theory. Strategies for Qualitative Research (1967), deutsch als: Grounded Theory. Strategien qualitativer Forschung (1998).

[43] Das ist das Institut für tibetische Medizin in Dharamsala. Eine ausführlicher Erklärung über dieses Institut wird in Kapitel 3.1.1 gegeben.

Pulsdiagnostik, externe Therapiemethoden, der Krankheitsbegriff in der tibetischen Medizin, das Men-Tsee-Khang in Dharamsala und die Stellung der tibetischen Medizin in Indien und Nepal.
Oft wurden einzelne Fragen innerhalb der Interviews weggelassen. Die Gründe dafür ergaben sich aus Zeitmangel oder einem mangelnden Sprachverständnis des tibetischen Arztes. So wurden auch einige Fragen falsch verstanden und deshalb nicht entsprechend beantwortet. Die Interviews wurden in Englisch geführt, wobei zum Teil mit einem Übersetzer gearbeitet wurde, der die Fragen vom Englischen ins Tibetische übersetzte. Die meisten, vor allem jüngere tibetische Ärzte, sprechen jedoch sehr gut Englisch, so dass es mit ihnen in der Regel keine Verständigungsprobleme gab. Meist wurden die Interviews auf einem Diktiergerät aufgenommen und anschließend übersetzt und protokolliert. In manchen Fällen habe ich die Antworten direkt mitgeschrieben.
Um ein noch deutlicheres Bild von der Praxis und der Umgebung, in der der Arzt arbeitet, zu bekommen, enthält jedes Interview zusätzlich eine kurze Beschreibung davon.

2.1.2 Praxisvisiten

Neben den Interviews erfasst der zweite Teil eine objektive Beobachtung der tibetischen Ärzte in ihrer Praxis. Dazu wurden für zwei bis drei Tage alle Patienten einer Arztpraxis erfasst und dokumentiert. Das sind insgesamt 475 Patienten bei 12 Ärzten. Folgender Bogen wurde jeweils für einen Patienten ausgefüllt:

- Tibetische Medizin heute -
Fragebogen

Name des Arztes: ______________________
Adresse: ______________________
Ausbildungsrichtung: ______________________
Patientenzahl: ______________________

Name des Patienten: ______________________

Zeitskala:
0 — 15 — 30 min

Diagnosemethoden:

Pulsdiagnostik — Urindiagnostik

Zungendiagnose — Befragung

Beobachtung (Haut, Nägel, Blut, Sputum, Stuhl)

Berührung (Haut, Temperatur) — Sonstiges

Therapie:

Ernährung — Verhalten

Medikamente — Meditation, Rituelle Behandlung

externe Behandlung:
O Aderlass — O Akupunktur (Golden Needle) — O Moxibution
O Kauterisation (Brenneisen) — O San Nye (Massage, Akupressur) — O Schröpfen
O Sonstiges

nicht behandelbar — Sonstiges

Abbildung 3: Fragebogen für einen Patienten

Da die Konsultationen meist auf Englisch stattfanden, konnten die Fragebögen ohne Schwierigkeit ausgefüllt werden. Nur der Name des Patienten wurden im Nachhinein weggelassen, da zumeist nicht die Zeit vorhanden war, diesen zu erfragen. Während der Konsultationen wurden dagegen weitere Parameter hinzugenommen, die sich als wichtig erwiesen. So wurde in Bezug auf die Sprechstundenzeit als wichtig erkannt, ob der Patient schon bekannt ist oder nicht. Daher habe ich die Unterscheidung bekannter Patient und erstmaliger Besuch im Nachhinein dazugefügt. Außerdem wurden das Geschlecht, das Alter und die Nationalität des Patienten im Laufe der Studie mit aufgenommen. Bei den diagnostischen Methoden habe ich das Messen des Blutdrucks und auch des Gewichtes hinzugefügt, da diese Methoden von den tibetischen Ärzten sehr oft angewendet werden. Daraus ergibt sich, dass in der Statistik die Anzahl der Patienten bei den unterschiedlichen Methoden variiert, da obige Parameter erst im Laufe der Studie hinzugenommen wurden. Im einzelnen konnten so folgende Parameter für die Statistik erfasst werden:

1. Ethnologische Daten: Geschlechterverteilung, neue und bekannte Patienten, Nationalität, Altersverteilung, Patienten pro Tag
2. Diagnostische Methoden
3. Therapiemethoden
4. Sprechstundenzeit pro Patient
5. Hauptbeschwerdebilder

2.2 Material

Um ein umfangreiches Bild der tibetischen Medizin in Indien und Nepal zu erhalten, wurden Ärzte aus verschiedenen Regionen, mit unterschiedlicher Ausbildung und unterschiedlichen kulturellen Hintergründen erfasst. Es war nicht immer möglich, neben einem Interview noch weitere zwei bis drei Tage in der Praxis zu verbringen. Dies lag daran, dass einige Ärzte es nicht wollten oder dass sie in einer zu entlegenen Gegend wohnten. So konnte ich aber dennoch bei 12 Ärzten eine zwei- bis dreitägige Praxisvisite durchführen.[44]

Interviews ohne Praxisvisiten konnte ich mit den Ärzten des 3. Nationalen *Amchi* Kongresses vom 22.-26.12.2002 in Kathmandu führen. Dabei sprach ich mit folgenden Ärzten:

1. *Amchi* Gyatso Bestra: Ein Laienarzt aus einem kleinen Dorf in Nepal.
2. Dr. Nyima Samphel Gurung: Er hat eine Praxis in Jharkot in Mustang und eine weitere in Kathmandu.
3. Dr. Kunsang Denpe: Er stammt aus Mustang und hat von seinem Vater tibetische Medizin gelernt.
4. *Amchi* Tsampa Nagawang: Er hat bei seinem Vater gelernt und arbeitet jetzt in Mustang.

[44] Siehe Anhang 1: Ethnologische Daten.

5. *Amchi* Dukta Gurung: Er ist Mönch und arbeitet in seinem Kloster in Mustang als Arzt.
6. Dr. Karma Chodön: Sie hat ihre Praxis in Ladakh und hat auch dort studiert.
Weiterhin habe ich mit folgenden Ärzten Interviews geführt ohne in ihrer Praxis Patienten aufgenommen zu haben:
1. Dr. Gyatso: Er arbeitet als Koch am Svajambhunath *Stupa*[45] in Kathmandu und behandelt nebenbei ein paar Patienten.
2. Dr. Jampa Yonten: Er arbeitet am Cackpori Institut[46] in Darjeeling.
3. *Amchi* Tashi Namgyal: Er arbeitet in Gangtok in Sikkim und ist auf die tibetische Pharmakologie spezialisiert.
4. Dr. Namgyal Qusar: Er besitzt eine Praxis in Dharamsala und eine weitere in Neu Delhi.
5. Dr. Thokmay Paljor: Er arbeitet in Dharamsala und übersetzt momentan das Gyüshi ins Englische.
Interviews über spezielle Themen der tibetischen Medizin habe ich mit folgenden Ärzten geführt:
1. Dr. Dawa Dolma: Sie arbeitet als erste weibliche Leibärztin des Dalai Lama in Dharamsala. Thema: Der Umgang mit den Begriffen aus der allopathischen Medizin
2. Dr. Dekhang T. Dorjee: Er arbeitet in der pharmakologischen Abteilung in Dharamsala. Thema: tibetische Heilpflanzen
3. Dr. Tsewang Tamdin: Er arbeitet als Leibarzt des Dalai Lama in Dharamsala und ist Experte für Pulsdiagnostik. Thema: spezielle Fragen zur Pulsdiagnostik.
Des weiteren habe ich mich zwei bis drei Tage in der Praxis folgender Ärzte aufgehalten und mit diesen Interviews durchgeführt.
1. Dr. Deyang: Sie arbeitet in einer Zweigniederlassung des Men-Tsee-Khang in Kathmandu.
2. Dr. Ngawang Dhakpa: Er arbeitet in der Kunphen Medical Clinic in Kathmandu.
3.Dr. Ngawang Soepa: Er arbeitet in einer Zweigniederlassung in Kalimpong.
4. Dr. Dorje Keldor: Er arbeitet in Gangtok in Sikkim.
5. Dr. Dorjee Raphen Nechar: Er arbeitet in einer Zweigniederlassung in Bangalore.
6. Dr. Karma Dolma: Sie arbeitet in Bombay.
7. Dr. Tenzin D. Kartsang und 8. Mrs. Dr. Pema: Beide arbeiten in der Zweigniederlassung des Men-Tsee-Khang in Nizamuddin in Neu Delhi.
9. Mrs. Dr. Y.K. Dorjee: Sie arbeitet in Majnukatilla in der tibetischen Siedlung von Neu Delhi.
10. Dr. Yeshi Dorjee und 11. Mrs. Dr. Chungthak: Sie arbeiten in Mcleod Ganj in Dharamsala für das Men-Tsee-Khang.

[45] Einer der bedeutendsten *Stupas* im Kathmandu-Tal, der auf einem Berg steht und um den sich viele Tibeter angesiedelt haben.
[46] Eines der gorßen Institute der tibetischen Medizin. Eine ausführlichere Erklärung findet man in Kapitel 3.1.1.

12. Jigme Tsarong: Er ist ehemaliger Direktor des Men-Tsee-Khang in Dharamsala und ein Experte für Pharmakologie. Ich habe ihn speziell über die Struktur des Men-Tsee-Khang befragt. Momentan lebt er in Kalimpong.
13. Anna Bach: Sie ist eine deutsche Studentin der tibetischen Medizin und lernt in Kathmandu. Ihr stellte ich die gleichen Fragen wie den tibetischen Ärzten.

In Sikkim dokumentierte ich außerdem mit Hilfe des dortigen Arztes Dr. Dorje Keldor zwei Fallgeschichten von seinen Patienten dort.

Daneben benutze ich als Quellenliteratur Übersetzungen des Gyüshi. Hierbei wurden jeweils nur Ausschnitte aus diesem übersetzt. Als Fachliteratur zur tibetischen Medizin existieren viele Werke, teils von tibetischen Ärzten, teils von Laien geschrieben, die ich ebenso mit meinen Ergebnissen vergleichend und ergänzend einsetzen werde.

3. Ergebnisse

3.1 Die Stellung des tibetischen Arztes

3.1.1 Ausbildung in tibetischer Medizin

Die Ausbildung in tibetischer Medizin hat sich im Vergleich dazu, wie sie in der Zeit vor der chinesischen Besatzung in Tibet praktiziert wurde, in Indien und Nepal sehr verändert. Früher studierten vor allem Mönche die tibetische Medizin. Eine Kommission der tibetischen Regierung zog durch die Klöster und suchte nach geeigneten Studenten. Diese konnten dann ein Studium an medizinischen Instituten wie beispielsweise in Lhasa aufnehmen.[47] Außerdem betrachtet man auch heute noch die Medizin eher als eine Geheimlehre, die direkt vom Schüler auf den Lehrer übertragen wird. Texte, die in einer sehr poetischen Sprache geschrieben und ohne weitere Erklärungen unverständlich sind, werden dem Schüler näher erläutert und kommentiert. Sie sollen dem Laien nicht zugänglich sein. Dies ist ein Schutz dafür, dass die Übertragung fehlerlos bleibt, und somit nur dem auszubildendem Arzt zugänglich ist. Die ursprünglichen Texte, wie beispielsweise das *Gyüshi*, muss der Schüler auswendig lernen.[48]

Im 19. Jahrhundert besuchte der 13. Dalai Lama Westbengalen und lernte dort viele moderne medizinische Institutionen kennen. Davon inspiriert führte er nach seiner Rückkehr ein, dass es auch Laien und Frauen möglich sei, tibetische Medizin zu studieren.[49] Diese Tradition hat sich in Indien und Nepal fortgesetzt. Heute hat jeder die Möglichkeit, an einer der großen Institutionen eine Ausbildung in tibetischer Medizin zu erhalten.

Derzeit gibt es in Indien Ärzte, die ihr Studium noch in Tibet absolviert haben. Darüber hinaus findet man sogenannte Generationenärzte, die das Wissen von ihrem Vater erhalten haben, sowie Ärzte, die bei unterschiedlichen Lehrern privat unterrichtet worden sind. Die beiden letztgenannten werden oft als *Amchi*, dem tibetischen Ausdruck für Arzt, bezeichnet.[50] Dagegen erhalten Ärzte aus den großen Instituten der tibetischen Medizin, wie das Men-Tsee-Khang in Dharamsala, einen Doktortitel, nachdem sie das Diplom absolviert haben.[51] Die unterschiedlichen Ausbildungsmöglichkeiten in tibetischer Medizin können folgendermaßen charakterisiert werden:

Generationenärzte:

Hier wird das Wissen vom Vater auf den Sohn oder die Tochter übertragen. Dies hat vor allem in Ladakh Tradition, wo diese Ärzte von sämtlichen Steuern befreit sind. Sie haben in

[47] Vgl. Choedrak (1994), S. 106. Dieses Prinzip wurde auch bei der Suche einer Reinkarnation häufig angewendet. Hierbei ziehen allerdings eine Gruppe Mönche oder hoher Lehrer durch das Land um die Wiedergeburt eines verstorbenen *Lamas* (z.B. des Dalai Lama)zu finden.
[48] Vgl. Dummer (1994), S. 73 und Schipperges (1978) S.187.
[49] Vgl. Aschoff (1997), S. 83.
[50] Vgl. Asshauer (1993), S. 140.
[51] Vgl. Asshauer (1993), S. 132.

der Gesellschaft ein sehr hohes Ansehen und werden gegenüber den allopathischen Ärzten zumeist bevorzugt.[52] Ein Beispiel für einen Generationenarzt ist Dr. Kunsang Denpe, dessen Familie seit 18 Generationen tibetische Medizin praktiziert.[53] Meine Studie beschreibt drei Generationsärzte, die alle selbstständig in Mustang arbeiten.[54]

Unterschiedliche Lehrer:

Sie haben zumeist eine sehr praktisch orientierte Ausbildung erhalten, privat, von einem oder mehreren Ärzten.[55] Ich habe drei Ärzte interviewt, von denen zwei selbständig praktizieren und einer als Mönch im Kloster lebt und dort die tibetische Medizin anwendet.[56] Ein Ausnahmefall ist Dr. Karma Chodon aus Ladakh, die bei unterschiedlichen Ärzten in Ladakh gelernt hat, und danach noch das offizielle Diplom in Dharamsala ablegte.[57]

Studium in Tibet:

Dr. Gyatso ist der einzige Arzt in meiner Studie, der noch in Tibet studiert hat und jetzt als Koch in Kathmandu arbeitet. Er praktiziert die tibetische Medizin nur nebenbei im Freundeskreis.[58]

Es gibt in Indien drei Institute, an denen es möglich ist, tibetische Medizin zu studieren:

Chakpori Institut in Darjeeling:

1992 gründete Dr. Trogawa *Rinpoche* das Chakpori Institut. Im ersten Jahr wurden 15 Studenten aus der Himalayaregion und zwei aus dem Westen unterrichtet.[59] Das Studium besteht aus fünf Jahren Theorie, die vor allem auf dem *Gyüshi* und seinen Kommentaren beruht. In zwei darauf folgenden praktischen Jahren verbringt der Student ein Jahr bei einem erfahrenen Arzt und ein weiteres Jahr mit der Herstellung der Medikamente. Nach diesen sieben Jahren muss er noch zwei weitere Jahre bei einem erfahrenem Arzt verbringen, bis er eine eigene Praxis eröffnen kann. Die Ausbildung dauert somit insgesamt neun Jahre. Auch das Sammeln von Heilpflanzen und das Herstellen der Medikamente ist darin enthalten. Die Prüfung am Ende ist ähnlich wie die des Men-Tsee-Khang in Dharamsala.[60]

In meiner Studie hat nur Dr. Jampa Yonten seine Ausbildung am Chakpori Institut abgeschlossen und ist auch weiterhin dort angestellt.[61]

[52] Vgl. Aschoff (1997), S. 82.
[53] Vgl. Interview Nr. 4.
[54] Diese sind Amchi Tashi Namgyal, Dr. Kunsang Denpe und Amchi Tsampa Ngawang.
[55] Vgl. Asshauer (1993), S. 140.
[56] Diese sind Dr. Nyima Samphel Gurung, Amchi Dukta Gurung und Dr. Karma Chodon.
[57] Vgl. Interview Nr. 7.
[58] Vgl. Interview Nr. 8.
[59]Vgl. School, Teachers, Clinic (1993), S. 10.
[60] Vgl. Aschoff (1997), S. 91-92.
[61] Vgl. Interview Nr. 11.

Universität in Sarnath/Varanasi:
Diese Universität dient hauptsächlich dem Studium der buddhistischen Philosophie. Seit 1993 ist es auch hier möglich, die tibetische Medizin zu erlernen. Der Gründer dieser neuen Abteilung ist Professor Samdhong *Rinpoche*. Im Jahre 1995 wurden 14 Studenten in zwei Klassen ausgebildet. Die meisten der Studenten haben eine allgemeine Schulausbildung von acht bis zehn Jahren. Es können dort auch Mönche, die eine allgemeine Mönchsausbildung erhalten haben, studieren. Das Studium dauert sieben Jahre, wobei in jedem Jahr Prüfungen absolviert werden müssen. Es werden aber dort bis heute keine Medikamente hergestellt.[62]
Aus dieser Schule konnte ich nur eine Studentin in Delhi treffen, die gerade ihr praktisches Jahr absolviert hat.

Men-Tsee-Khang in Dharamsala:
Das größte Institut der tibetischen Medizin befindet sich in Dharamsala, wo sich auch der Sitz der Exilregierung Tibets befindet. Neben dem Studium der Medizin ist es hier zusätzlich möglich, Astrologie und Astronomie zu erlernen. Die Ausbildung in tibetischer Medizin dauert fünf Jahre, und dazu kommen zwei weitere Jahre praktischer Arbeit bei einem erfahrenen Arzt. Das Men-Tsee-Khang umfasst zusätzlich eine Pharmazeutische Abteilung, eine Forschungsabteilung, eine „Materia Medica" Abteilung (Forschung, Dokumentation und Kultivierung von Zutaten der tibetischen Medizin), eine Veröffentlichungsabteilung und einen Versand der dort produzierten Medikamente. Diese müssen an ca. 37 Zweigniederlassungen verteilt werden. Im Jahre 1998 haben dort insgesamt 104 Ärzte, 8 Astrologen und 231 Angestellte gearbeitet. Auch ein kleines Krankenhaus ist dem Institut angeschlossen, in dem ca. 10 Patienten stationär behandelt werden können.[63]
Insgesamt 14 Ärzte meiner Studie wurden am Men-Tsee-Khang ausgebildet. Davon arbeiten 12 weiterhin dort oder in Zweigniederlassungen. Dr. Namgyal Qusar hat sich selbstständig gemacht und Dr. Ngawang Dhakpa arbeitet für die Kunphen Medical Clinic in Kathmandu.[64]

Eine Möglichkeit tibetische Medizin in Europa zu studieren ist das New Yuthok Institute für Tibetan Medicine in Mailand. Hier unterrichtet Dr. Pasang Yonten Arya, ein ehemaliger Dozent des Men-Tsee-Khang in Dharamsala.[65]

3.1.2 Tätigkeitsbereiche eines tibetischen Arztes

Da der Beruf des Arztes in der tibetischen Medizin wie oben dargestellt nicht einheitlich definiert ist und es weder eine einheitliche Bezeichnung noch ein spezielles Klassenbewusstsein gibt, sind auch die Tätigkeitsbereiche eines tibetischen Arztes sehr unterschiedlich. Vom

[62] Vgl. Aschoff (1997), S. 92-94.
[63] Vgl. Asshauer (1993), S. 132 und Men-Tsee-Khang (1999), S. 25-36. Genauere Erklärungen zur Entstehung des Instituts kann man dem Interview Nr. 24 mit Jigme Tsarong entnehmen.
[64] Vgl. Anhang 6.
[65] Entnommen aus einem Flyer diese Instituts.

Dorfarzt, der nur nebenbei praktiziert, bis zum berühmten Arzt, der um die ganze Welt reist, Patienten behandelt und Vorträge hält, ist alles in Südasien aufzufinden. Die Dorfärzte nennen sich zumeist *Amchi*, hingegen jene Ärzte, die in Dharamsala ein Diplom erhalten haben, sich wie ihre europäischen Kollegen mit Doktor anreden lassen.[66]

Von den Ärzten meiner Studie arbeiten sechs selbstständig, wobei es sich hierbei zumeist um Generationenärzte und Ärzte, die unterschiedliche Lehrer hatten, handelt. 12 Ärzte sind am Men-Tsee-Khang angestellt und haben auch dort ihre Ausbildung erhalten. Ein Arzt arbeitet am Chakpori Institut, ein weiterer in der Kunphen Medical Clinic und ein Arzt lebt in einem Kloster in Mustang.[67]

Die meisten Ärzte arbeiten nach ihrer Ausbildung in einer Praxis. Dabei ist es möglich, alleinige Praxisarbeit zu leisten[68] oder zusätzlich weitere Nebentätigkeiten auszuüben. So sind beispielsweise Dr. Dorje aus Gangtok, Dr. Dorjee aus Bangalore und Dr. Yeshi aus Dharamsala neben ihrem normalen Praxisbetrieb in der Forschung über die Wirkung der tibetischen Medizin beschäftigt. Sie untersuchen unter anderem, ob Diabetes oder Leukämie mit tibetischer Medizin geheilt werden können. Hierbei kooperieren sie mit allopathischen Ärzten, die anhand von Blutwerten die Ergebnisse überprüfen.[69] Dr. Dorjee beschäftigt sich zusätzlich mit der Übersetzung des *Gyüshi* ins Englische und mit der Korrektur von Büchern der tibetische Medizin.[70] Außerdem reisen viele Ärzte durch Indien oder Nepal, um an bestimmten Orten zumindest zeitweise Konsultationen anzubieten.[71] Immer mehr tibetische Ärzte reisen ins Ausland, um dort Patienten zu versorgen. Sie haben mittlerweile einen großen Patientenstamm, von denen die meisten ihren Arzt allerdings nur ein bis zwei mal im Jahr sehen können. Die Länder, in die sie reisen, erstrecken sich von Europa über Amerika und Lateinamerika bis hin nach Thailand oder Japan.[72]

In Dharamsala sind auch Ärzte angestellt, die keine Patienten behandeln, sondern nur für spezielle Fachbereiche zuständig sind. Dr. Dawa beispielsweise arbeitet in der Forschungsabteilung. Sie hat gerade eine Studie über Krebs beendet. Nebenbei arbeitet sie als Leibärztin des Dalai Lama.[73] Einige Ärzte, wie zum Beispiel Dr. Dekhang oder Dr. Tsewang, sind ausschließlich in der Pharmakologie angestellt und beschäftigen sich mit der Wirkung von tibetischen Heilkräutern.[74] Mit der Übersetzung des *Gyüshi*, einem weiteren wichtigen Thema, beschäftigt sich Dr. Thokmay, der nebenbei auch häufig für Konsultationen ins Ausland reist.[75]

---

[66] Vgl. Tsewang (1992), S. 10.
[67] Vgl. Anhang 7.
[68] Vgl. Interview Nr. 1-4.
[69] Vgl. Interview Nr. 13,14,18.
[70] Vgl. Interview Nr. 14.
[71] Vgl. Interview Nr. 13,14,17,18.
[72] Vgl. Interview Nr. 5,9,11,12,13,14,15,16,18,20,23.
[73] Vgl. Interview Nr. 21.
[74] Vgl. Interview Nr. 19,22.
[75] Vgl. Interview Nr. 20.

Es gibt es Ärzte, die zwar eine Ausbildung in tibetischer Medizin besitzen, diese aber nicht hauptberuflich ausüben. So lebt Amchi Dukta Gurung als Mönch in einem Kloster in Mustang und arbeitet nur nebenbei als Arzt.[76] Dr. Gyatso aus Kathmandu arbeitet momentan als Koch und übt die tibetische Medizin ebenfalls nur nebenberuflich aus. Er ist erst vor einigen Jahren aus Tibet geflohen und hat in Nepal noch nicht die geeigneten Möglichkeiten, um als Arzt tätig zu sein.[77]

So hat sich eine große Veränderung im Aufgabenbereich eines Arztes, verglichen mit der Zeit in Tibet, vollzogen. Früher gab es viele Dorfärzte, die man heute zum Beispiel noch in Mustang oder Ladakh findet. Die Ärzte aus den großen Städten hingegen sehen sich gegenwärtig einem großen Wandel ausgesetzt. Sie müssen sich gegenüber der allopathischen Medizin durch Forschungen an ihren Medikamenten behaupten und entwickeln sich immer mehr zu Spezialisten, wie zum Beispiel zum Pharmakologen oder Übersetzer. Eine weitere Herausforderung ist die steigende Nachfrage des Westens an tibetischen Ärzten. Es reisen daher viele ins Ausland und haben dort ihre Patienten.

Ebenso hat sich im tibetischen Volk ein Wandel vollzogen. In Tibet war die tibetische Medizin neben der Bön-Medizin, die dieser sehr ähnlich ist, die einzige Heilmethode. Jedoch enthält letztere viele schamanistische Elemente, wie die Ermittlung der Krankheit durch Trance. Ist der Schamane im Trance und so zu einem „übernatürlichen Wesen“ geworden, kann man ihn über die Krankheit und die Heilung befragen. Auch Tieropfer wurden in der Bön-Medizin praktiziert, sind aber bei Buddhisten streng verboten.[78] Die Tibeter konnten sich in Tibet frei entscheiden, ob sie lieber zu einem buddhistischen Arzt oder einem Schamanen gehen. In Indien und Nepal ist es schwieriger einen Bön-Mediziner anzutreffen.

Daneben gibt es sowohl in Tibet, als auch für die Tibeter in Indien und Nepal eine Volksmedizin. Sie gründet ebenfalls auf der Philosophie der tibetischen Medizin, wird aber nicht vom Arzt weitergegeben, sondern direkt innerhalb der Familie. Größteinteils basiert sie auf der Erhaltung der Gesundheit, indem man das Gleichgewicht der drei Körperenergien Wind, Galle und Schleim erhält.[79] Dazu gehört die Massage, die relativ leicht anwendbar ist und von Generation zu Generationen weitergegeben wird. Daneben gibt es kalte Bäder und Waschungen, die oft zur Vorbeugung eingesetzt werden. In Tibet findet man viele mineralstoffreiche Quellen, die zur Therapie eingesetzt werden können. Ein weiterer wichtiger Bestandteil sind warme Umschläge und Einreibungen mit speziellen Pasten.[80]

Heute müssen sich die Tibeter entscheiden, ob sie diese Tradition in ihrer Familie fortsetzten oder sich für neue Methoden entscheiden. Nach meinen Beobachtungen verwenden gerade die jüngeren Patienten immer mehr die allopathischen Ausdrücke und die allopathische Sicht

[76] Vgl. Interview Nr. 6.
[77] Vgl. Interview Nr. 8.
[78] Vgl. Schipperges (1978), S. 181-182.
[79] Eine ausführlichere Erklärung zur Lehre der drei Körperenergien findet man im Kapitel 3.3.1.
[80] Vgl. Schweppe (1998), S. 146-153.

des Krankheitsbildes. Der junge Tibeter muss sich jetzt auch gezielt entscheiden, ob er lieber zu einem tibetischen oder europäischen Arzt gehen will.
Eine interessante Entwicklung haben die Heilmethoden gemacht, die vor allem in den Klöstern praktiziert wurden und einen eher spirituellen Zweck erfüllten. Dazu gehören unter anderem das Yoga oder spezielle Atemübungen. Sie wurden als Geheimlehren von einem Lehrer an den Schüler weitergegeben und blieben so in den Klöstern oder bei den *Yogis* in den Höhlen verborgen. Diese Übungen finden einen großen Zuspruch im Westen und werden beispielsweise in Wochenendseminaren angeboten. Sie stammen aber weder von tibetischen Ärzten, noch waren sie dem tibetischen Volk bekannt.[81]

3.2 Statistische Auswertung der Patientenvisiten und der Interviews

Um ein umfangreiches Bild darüber zu erhalten, wie die tibetische Medizin in Indien und Nepal praktiziert wird, wurden insgesamt 475 Patienten in acht unterschiedlichen Orten erfasst, die von 12 Ärzten behandelt wurden. Außerdem wurden mit 23 tibetischen Ärzten Interviews geführt, die ebenfalls relevante Aussagen über die Anwendung der tibetischen Medizin liefern. Eine genauere Verteilung der Patienten und Ärzte kann dem Anhang 1 und 7 entnommen werden.

3.2.1 Ethnologie[82]

Hierbei handelt es sich um die Fragestellung, welche Personengruppen zu einem tibetischen Arzt gehen. Dabei ergibt sich folgende Aufteilung:
Die Geschlechterverteilung ist mit 241 weiblichen und 234 männlichen Patienten sehr ausgewogen. Eine weitere Unterteilung wurde in Stadt- und Landpatienten vorgenommen. Dabei zählen zu den ländlichen Gebieten auch kleine Städte wie Kalimpong, da sie im Vergleich zu Bombay oder Delhi eher ländlichen Charakter besitzen. 89,5% der 475 Patienten wurden in den großen Städten erfasst. Hier hat ein Arzt deutlich mehr Patienten pro Tag in seiner Arztpraxis, als die Ärzte in ländlichen Regionen.[83] Es wurde außerdem eine Unterteilung in neue und bereits bekannte Patienten vorgenommen. Dies ist wichtig, da für neue Patienten einerseits mehr Zeit benötigt wird, andererseits auch eine ausführlichere Diagnostik gemacht werden muss.[84]

[81] Vgl. Curic (1998), S. 243, 256.
[82] Vgl. Anhang 1.
[83] Vgl. 3.2.2.
[84] Vgl. 3.2.4 und 3.4.

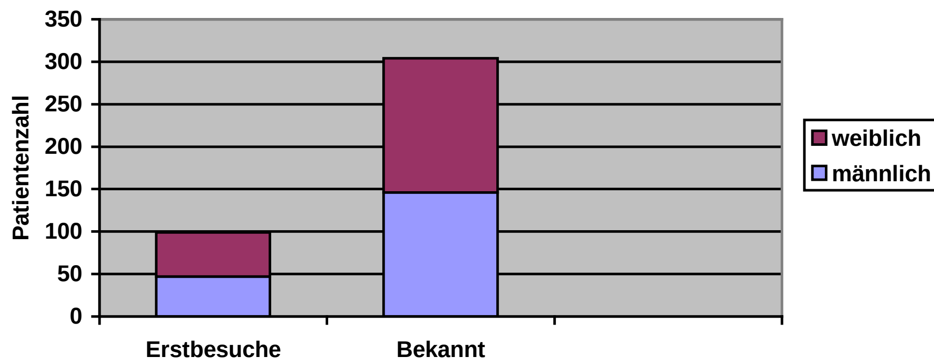


Abbildung 4: Anzahl der Erstbesuche und bekannten Patienten in Abhängigkeit vom Geschlecht.[85]

Damit die Patientengruppen statistisch erfasst werden können, wurden sie in drei ethnologische Gruppen unterteilt. Dabei handelt es sich erstens um die Inder und Nepali, die im folgenden als Asiaten[86] bezeichnet werden. Sie sind die Einwohner des Landes in dem die tibetische Medizin jetzt praktiziert wird. Die zweite Gruppe sind Tibeter, für die tibetische Medizin die ursprüngliche Heilmethode darstellt, mit der sie vertraut sind. Außerdem gibt es noch die kleine Gruppe der Europäer[87], die zum Teil extra wegen der tibetischen Medizin angereist sind, oder aber sie im Rahmen ihres „Touristenprogramms" ausprobieren wollten.
Die meisten Patienten, die zu einem tibetischen Arzt gehen, sind mit 74,5% Inder und Nepali. Eine deutliche Aussage, wie sehr die tibetische Medizin dort schon ins Leben integriert und anerkannt ist. Jedoch sind 23,6% der Patienten Tibeter. Das ist verglichen mit der Einwohnerzahl der Tibeter in Indien und Nepal von ca. 110 000 (im Jahre 1990)[88] ein hoher Prozentsatz.

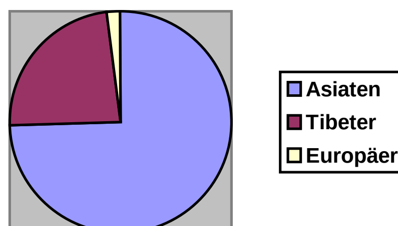


Abbildung 5: Prozentualer Anteil an Asiaten, Tibetern und Europäern.[89]

Was das Alter der Patienten betrifft, die einen tibetischen Arzt aufsuchen, so sind die meisten zwischen 20 und 50 Jahre. Die Spitze liegt bei 30 bis 40 Jahre, was sehr ungewöhnlich ist, da man aufgrund der vermehrten Krankheiten im höheren Alter ein Maximum vermuten

[85] S. S. 88.
[86] Ein kleiner Anteil davon sind auch andere Asiaten wie zum Beispiel Koreaner, die aber wegen der geringen Anzahl nicht ins Gewicht fallen.
[87] Hierunter fallen auch Amerikaner, Russen und Australier. Da jedoch die Mehrheit dieser Gruppe aus Europa stammt, wird sie im folgenden vereinfacht als die „Europäer" bezeichnet.
[88] Vgl. Methfessel (1995), S. 41.
[89] S. S. 88.

würde. Ein Grund hierfür könnte sein, dass eher die jüngeren Patienten neuen Heilmethoden, wie der tibetische Medizin, aufgeschlossen sind.

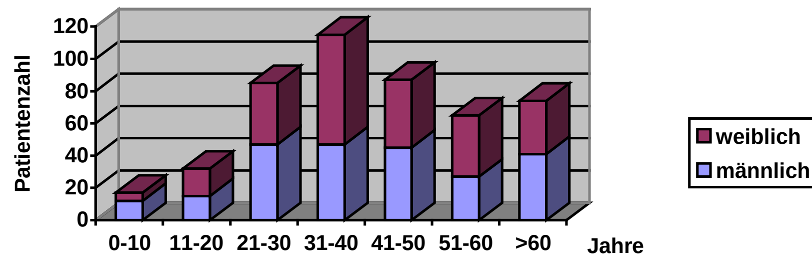


Abbildung 6: Anzahl der Patienten in Abhängigkeit von Alter und Geschlecht.[90]

3.2.2 Anzahl der Patienten pro Tag[91]

Die durchschnittliche Anzahl der Patienten pro Tag ergibt laut der statistischen Auswertung der Patientenvisiten 30 und laut der Aussagen der Ärzte in den Interviews 37 Patienten. Dies stellt lediglich eine geringfügige Abweichung dar.

Hierbei spielt vor allem die Größe der Stadt eine wichtige Rolle. In größeren Städten, wie zum Beispiel Neu Delhi oder Bombay, kommen durchschnittlich 50 bis 200 Patienten pro Tag zum tibetischen Arzt. Um diese optimal versorgen zu können, werden meist mehrere Ärzte eingesetzt. So arbeiten in der von mir besuchten Praxis in Neu Delhi drei Ärzte. Das gleiche gilt auch für die Praxen in Majnukatilla, Bangalore und Bombay, die so gut besucht sind, dass ebenfalls zwei bis drei Ärzte dort angestellt sind.

Erhebliche Unterschiede gibt es zwischen den Himalayaregionen Nordindien und Nepal im Gegensatz zu Zentral- bzw. Südindien. Dabei ist zu berücksichtigen, dass es im Norden eher kleine Dörfer gibt. So ist in kleinen Städten wie Kalimpong mit drei, Gangtok mit acht, Darjeeling mit 13 und Dharamsala mit 14 die Anzahl der Patienten pro Tag geringer. Hier sind es auch mehr die Tibeter, die einen tibetischen Arzt aufsuchen. Auch in Mustang ist die Anzahl der Patienten bis auf die Praxis von Amchi Tsampa Ngawang, mit 80 pro Tag eher niedrig. Es ist allerdings zu beachten, dass einige der tibetischen Ärzte aus Mustang und anderen ländlichen Regionen Nepals Mönche oder Privatleute sind, die nur zum Teil als Arzt arbeiten. Auch sind die Arztpraxen im Süden, die ich besucht habe, Zweigniederlassungen des Men-Tsee-Khang. Da sie bekannter sind und auch über Broschüren Werbung machen, sind sie zumeist besser besucht als die Praxen der selbstständigen Ärzte.

Aus den Interviews wird der Unterschied zwischen den Städten mit durchschnittlich 68 Patienten pro Tag und den ländlichen Gegenden mit durchschnittlich 22 Patienten sehr deutlich.

---

[90] S. S. 89.
[91] Vgl. Anhang 1 und 6.

Im Gegensatz dazu beträgt die Anzahl der Patienten für Nordindien und Nepal 30 pro Tag, da hierbei auch Kathmandu, als einzige größere Stadt im Norden, berücksichtigt wird.
Die meisten Patienten findet man in Neu Delhi (195) und laut den Ergebnissen aus den Interviews bei Dr. Ngawang Dhakpa in der Kunphen Medical Clinic in Kathmandu (120). Auch die Praxen in Majnukatilla bei Delhi mit 104 Patienten, in Bombay mit 72 Patienten und in Bangalore mit 54 Patienten sind sehr gut besucht. Hier sind es vor allem Inder, die den tibetischen Arzt konsultieren.
Zusammenfassend ist zu erkennen, dass die Anzahl der Patienten pro Tag stark abhängig von der Größe der Stadt ist. Generell sind die Praxen gut besucht und die Wartezimmer zumeist voll. Gerade in Südindien erhöht sich unter den Indern die Nachfrage an der tibetischen Medizin deutlich.

3.2.3 Häufigkeit eines Arztbesuches

Meist verschreibt ein tibetischer Arzt seine Medizin für einen gewissen Zeitraum. Anschließend wird die Verbesserung des Gesundheitszustandes des Patienten überprüft, eventuell die Medikation geändert oder abgesetzt. Wie oft und auch wie lange der Patient zum Arzt gehen muss bis dieser geheilt ist, hängt vor allem von seiner Krankheit ab. Dr. Yeshi Dorjee antwortet darauf:

> *„Das ist vom Stadium oder von der Art der Krankheit abhängig. Wenn ein Patient eine chronische Krankheit hat, kommt er über einen längeren Zeitraum. Wenn aber die Krankheit sehr neu ist, wie zum Beispiel bei Erkältung oder Durchfall, dann kommen sie schon nach sechs Tagen wieder.“*[92]

Andererseits spielt es ebenfalls eine große Rolle, wie weit der Patient vom Arzt entfernt wohnt. Gerade in Nepal gibt es sehr entlegene Gegenden, aus denen aus sich Patienten tagelang auf den Weg machen, um einen tibetischen Arzt zu sehen. Dr. Dorje Keldor erklärt, wie er mit solchen Patienten umgeht:

> *„Die Häufigkeit ist sehr unterschiedlich. Es gibt viele Patienten, die von sehr weit weg kommen. Manche kommen sogar von außerhalb dieses Landes. Für sie wäre es sehr schwierig so oft zu kommen, weil die Straßen nicht so gut sind oder sie unterwegs krank werden. Der Durchschnitt beträgt ungefähr alle 15 Tage. Für die Patienten die in der Nähe wohnen, gebe ich Medizin für drei bis vier Tage. Für die Patienten, die von außerhalb des Landes kommen oder in sehr abgelegenen Gegenden wie z.B. im Himalaya wohnen, gebe ich Medizin für ca. 30 Tage.“*[93]

So werden von den meisten tibetischen Ärzten in Abhängigkeit von Krankheit und Entfernung Medizin für zwei bis drei Tage oder einen Monat verschrieben. Sehr häufig werden die

[92] S. Interview Nr. 18.
[93] S. Interview Nr. 13.

Medikamente auch für sieben oder 14 Tage gegeben. In jedem Fall muss der Patient anschließend zur Kontrolle wiederkommen, um die Medikation gegebenenfalls zu ändern..[94]
Auch der Zeitraum, wie lange ein Patient behandelt wird, ist vor allem von der Krankheit abhängig. So werden *manche „Patienten in zwei bis drei Monaten geheilt und manchmal kommen Patienten schon seit acht bis neun Jahren.“*[95]
So scheint es laut meinen Beobachtungen keine allgemeine Regel für den Zeitraum zu geben, für den die Medizin verschrieben wird. Es liegt offenbar im Ermessen des Arztes.

3.2.4 Sprechstundenzeit pro Patient[96]

Zur Untersuchung der Zeit, die ein Arzt für einen Patienten benötigt, das heißt für Diagnostik und Therapie, wurde bei den insgesamt 475 Patienten die Sprechstundenzeit gemessen. Dabei wurden die Wartezeit vorher und auch die Zeit, die der Patient benötigt, seine Medizin anschließend abzuholen, nicht berücksichtigt.
Hierbei ergibt sich eine durchschnittliche Sprechstundenzeit von 7:13 Minuten, wenn man den Mittelwert aus allen Zeiten berechnet. Da die Ärzte jedoch zum Teil sehr unterschiedlich frequentiert werden, ist es sinnvoll den Mittelwert für jeden einzelnen Arzt darzustellen und ihn mit der Anzahl der Patienten pro Tag zu vergleichen. Hierbei werden die Ärzte verschlüsselt dargestellt.
Die Anzahl der Patienten pro Tag wird zur Vereinfachung in drei Gruppen unterteilt, das heißt in A) wenig frequentierte, B) mittel frequentierte und C) hochfrequentierte Praxen.

Tab. 1: Durchschnittliche Sprechstundenzeit der Ärzte (nummeriert von 1 bis 12) in Abhängigkeit von ihrer Anzahl Patienten pro Tag: A: wenig frequentierte (< 10 Patienten pro Tag), B: mittel frequentierte (10 – 50 Patienten pro Tag), C: hoch frequentierte Praxis (> 50 Patienten pro Tag). M = Mittelwert in mm:ss, Pat/d = Patienten pro Tag.

Arzt	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
M	12:19	7:16	4:01	6:58	5:16	6:26	7:47	11:00	6:47	5:50	6:19	5:28
Pat/d	B	A	C	B	B	B	B	A	C	C	C	B

Hierbei zeigt sich, dass die Zeit bei den wenig und mittelfrequentierten Ärzten zwischen 5 und 12 Minuten liegt, deshalb abhängig vom eigenen Ermessen des Arztes zu sein scheint. Dagegen liegt die Zeit bei den Ärzten, die mehr als 50 Patienten pro Tag haben, zwischen 4 und 6 Minuten. Hier scheint die Zeit durch die hohe Anzahl an Patienten begrenzt zu sein, was ich anhand meiner eigenen Beobachtungen in den Praxen bestätigen kann.
Des Weiteren wird der Mittelwert der Zeiten für Behandlungen ohne externe Therapiemethoden berechnet. Dabei handelt es sich um äußerlich anzuwendende Methoden, wie z. B. Mo-

[94] Vgl. Interviews Nr. 1,6,8,9,10,13,14,16,17,18 und 23.
[95] S. Interview Nr. 14.
[96] Vgl. Anhang 4.

xibustion, die Goldener Hammer Therapie[97] oder Massagen.[98] Der Mittelwert beträgt 6:59 Minuten. Die geringe Abweichung liegt daran, dass sehr wenig externe Therapiemethoden verwendet wurden und diese deshalb nicht ins Gewicht fallen.[99] Dagegen liegt der Mittelwert für die Visiten mit externen Therapiemethoden bei 14:19 Minuten, da diese zeitaufwendiger sind.

Was die Sprechstundenzeiten bei Stadt- oder Landärzten betrifft, so gibt es dort keinen nennenswerten Unterschied. Dagegen kann man deutlich erkennen, dass die durchschnittliche Zeit, die ein Arzt für einen Patienten benötigt, der zum ersten Mal in die Praxis kommt, mit fast 9 Minuten deutlich höher liegt. Es besteht ein größerer Gesprächsbedarf, und es sind ausführlichere diagnostische Untersuchungen nötig.[100]

Interessant ist der Unterschied zwischen Tibetern, Asiaten und Europäern. Die Sprechstundenzeit, die für einen Tibeter benötigt wird, ist am kürzesten. Den Grund dafür beschreibt Dr. Ngawang Dhakpa in seinem Interview:

> *„...Die Leute von hier untersuche ich nur kurz und gebe ihnen Medizin. Aber für die ausländischen Patienten dauert es 10 bis 15 Minuten, weil sie viel fragen und alles ganz genau wissen wollen. Die Tibeter glauben einfach an die Medizin wie an einen Gott. Wenn ich ihnen sage, sie sollen diese oder jene Medizin nehmen, dann machen sie das, und die Krankheit verbessert sich auch. Sie müssen sie auch nicht so lange nehmen. Nur ein bis zwei Wochen, dann geht es ihnen schon besser. Als ich zum Beispiel in Moskau war, haben die Ärzte dort 45 Minuten bis zu einer Stunde für einen Patienten gebraucht...“*[101]

Dies ist auch der Grund, warum die Zeit bei den europäischen Patienten fast 10 Minuten beträgt. Hier sind mehr Erklärungen für den Patienten notwendig.

Bei der Untersuchung der Sprechstundenzeit, bezüglich des Alters des Patienten, ergeben sich keine großen Unterschiede. Nur bei den über 60-jährigen Patienten fällt auf, dass hier die Zeit rund 8 Minuten beträgt. Da in diesem Alter zumeist stärkere chronische Krankheiten auftreten als bei jüngeren Patienten wird hier auch mehr Zeit benötigt.

Zusammenfassend kann man feststellen, dass durch den sehr regen Betrieb in den meisten Praxen mit oft über 50 Patienten pro Tag eine Konsultation von 30 Minuten bis zu einer Stunde, wie sie hier in Europa mit den tibetischen Ärzten üblich ist, nicht möglich ist. Außerdem herrscht dort, vor allem bei den Tibetern, den Indern und Nepali ein viel größeres Vertrauen zu diesen „alternativen Heilmethoden“ als bei uns, die Ärzte müssen viel weniger erklären. Laut den tibetischen Ärzten wird für das Standardschema, welches aus Pulsdiagnos-

---

[97] Hier werden bestimmte Punke am Körper mit einem heißen goldenen Hammer berührt. Eine ausführliche Erklärung hierzu im Kapitel 3.6.1.
[98] Siehe auch 3.6.
[99] Vgl. 3.6.
[100] Vgl. 3.4.
[101] S. Interview Nr. 9.

tik, Befragung und Verschreiben der Medikamente besteht, nicht viel mehr Zeit als 7 Minuten benötigt.

3.3 Ursache von Krankheiten

3.3.1 Die Ursachen von Krankheiten in der tibetischen Medizin

In der tibetischen Medizin gibt es ein eng mit dem Buddhismus assoziiertes Lehrgebäude, welches die Ursachen von Krankheiten beschreibt. Zuerst ist es wichtig zwischen einer ursprünglichen Ebene der Ursache von Krankheiten zu unterscheiden, die aus der buddhistischen Philosophie hergeleitet wird. Daneben gibt es eine sekundäre Ebene, welche die direkten Gründe für das Entstehen von Krankheiten erklärt.[102] Die ursprüngliche Ursache von Krankheiten beschreibt Dr. Dorjee:

> *„Es gibt unzählbar viele Krankheiten. Man kann sie nicht zählen! Aber die Hauptursache für Krankheiten ist nur eine, und das ist die Unwissenheit. Auf tibetisch heißt sie Ma Rig Pa*[103]*. Eine grobe Übersetzung wäre „Unwissenheit über die Nicht-Existenz eines Selbst". Deshalb leiden wir unter den drei geistigen Giften. Ma Rig Pa ist die Hauptursache aller Krankheiten. Man kann dies mit einem Vogel vergleichen, der fliegt und nicht vor seinem Schatten fliehen kann. Wir als menschliche Wesen, wie sehr wir auch versuchen glücklich zu leben, wir können nicht vor dem Leiden fliehen. Aus Ma Rig Pa entstehen die drei ungeborenen geistigen Gifte: Gier oder Anhaftung, Zorn oder Hass, Dummheit oder Verwirrung. Das sind die drei Geistesgifte. Und daraus bilden sich „Lung" (Wind), „Tripa" (Galle) und „Begen"(Schleim). Man denkt vielleicht, das sei sehr philosophisch oder spirituell, aber wenn man sich wirklich darauf konzentriert, erkennt man die Wahrheit, die dahinter steckt. Das sind die Hauptursachen von Krankheit."*[104]

So ist die letztendliche Ursache von Krankheiten die grundlegende Unwissenheit des Geistes.[105] Buddhistisch wird diese folgendermaßen erklärt: Da der Geist nicht fähig ist wahrzunehmen, dass Seher, Gesehenes und Sehen sich gegenseitig bedingen und Seiten derselben Ganzheit sind, entsteht das Erleben einer Zweiheit. Der Geist produziert den Erleber als ein „ich" und die Erlebnisse als „du", bzw. als die „äußere Welt". Aus dieser dualistischen Wahrnehmung entsteht die Grundlage jeden Leidens. Diese Trennung bedingt zwei weitere Gefühle: „Anhaftung"[106], als Versuch Angenehmes festzuhalten und „Widerwille" als Bemühen Unangenehmes wegzuschieben. Mit Anhaftung entsteht Geiz, denn man möchte die Dinge behalten, die man hat, und aus Widerwillen entsteht Neid. Das ist das Gefühl, dass man nicht will, dass die Wesen glücklich sind, die man nicht mag. Schließlich entsteht aus Unwissenheit Stolz, da man denkt, dass all diese Dinge, wie Ruhm und Reichtum wirklich

[102] Vgl. Men-Tsee-Khang (1995), S. 5-12.
[103] Tibetisch: Ma Rig Pa: Unwissenheit.
[104] S. Interview Nr. 14.
[105] Vgl. Amipa-Desam (2000), S. 56.
[106] In der Literatur wird für Anhaftung auch als Synonym Begierde verwendet. Da die buddhistischen Lehrer zumeist den Begriff Anhaftung wählen, weil er das Phänomen des „Festhaltenwollens" subtiler beschreibt, verwende ich ebenfalls diesen Begriff.

sind. Nimmt man nun diese „Störgefühle“ des Geistes ernst und handelt dementsprechend, sät man ständig die Samen für die Zukunft. Dies ist das Prinzip von *Karma*, von Ursache und Wirkung im Buddhismus. Es bedeutet, dass aus positiven Handlungen positive Eindrücke im Geist entstehen und aus negativen schlechte Resultate folgen werden.[107]

Aus den drei Störgefühlen Unwissenheit, Anhaftung und Widerwille entstehen die drei Säfte[108] im Körper. Dabei wird Anhaftung zu Wind (tib. *Lung*), Widerwille zu Galle (tib. *Tripa*) und Unwissenheit zu Schleim (tib. *Begen*).[109] Sind diese im Ungleichgewicht entstehen Krankheiten im Körper.[110] Dabei ist es wichtig zu verstehen, dass es sich hierbei nicht um physische Körpersäfte handelt, sondern um feinstoffliche, nicht sichtbare Prinzipien der Lebensenergie, die für bestimmte Funktionen im Körper zuständig sind.[111]

Hierbei wird *Lung* mit dem Bewusstsein und der Lebensenergie in Zusammenhang gebracht. Es ist das Medium, das das Bewusstein befähigt, sich von einem Objekt zum nächsten zu bewegen. Auch breitet es sich eng mit den übrigen Körperenergien aus und gibt ihnen Kraft. So werden die Mehrzahl der Krankheiten in der tibetischen Medizin mit *Lung* in Zusammenhang gebracht. Er hat seinen Sitz im unteren Körperdrittel, und durch seine Verbindung mit dem Geist beruhen alle psychischen Störungen auf einem Ungleichgewicht von *Lung*.[112] Auf körperlicher Ebene ist *Lung* die Basis für die Muskelaktivität, die Nerven, die Atmung, die Speichelbildung, die Sprache, die Menstruation, die Harnbildung und die Weiterleitung von Sinneseindrücken. Typische Symptome einer *Lung*-Krankheit sind beispielsweise Summen in den Ohren, Druckgefühl in den Augen, Unruhe, umherwandernde Schmerzen oder ein Frösteln und Zittern.

Tripa wird der energiebetonten Lebenskraft und der Wärme zugeordnet. Sie sitzt in dem mittleren Körperdrittel und ist für alle verbrennenden Prozesse, wie dem Verdauungsstoffwechsel zuständig. Auf geistiger Ebene steht sie für Mut und Intelligenz. Symptome einer *Tripa*-Krankheit sind zum Beispiel Kopfschmerzen, dicker Schleimbelag auf der Zunge, Schlaflosigkeit, übler Körpergeruch oder Erbrechen von Galle und Blut.

Begen (Schleim) ist Träger der wässrig-stofflichen Bestandteile des Körpers und zuständig für die Bildung von Körperflüssigkeiten. Er hat seinen Sitz im oberen Körperdrittel und führt zu einer Straffheit von Geist und Körper, verbindet die Gelenke und führt zu physischer Stärke und Stabilität. Er steht außerdem mit dem lymphatischen System und Infektionskrankheiten in Verbindung. Auf geistiger Ebene sorgt er für Geduld. *Begen*-Krankheiten können sich

---

[107] Vgl. Nydahl (2004), S. 40-43.

[108] Der Ausdruck Säfte oder Humores wird in der Literatur und auch von den tibetischen Ärzten häufig verwendet. Allerdings beschreibt er nicht drei wirkliche Körpersäfte, wie dies in der antiken Medizin der Fall ist. Es handelt sich hier um Energieprinzipien im Körper, die bestimmte Körperfunktionen und Organe beeinflussen. Deshalb verwende ich im weiteren Text nicht mehr den Ausdruck der drei Säfte, sondern der drei Köperenergien.

[109] Die korrekte tibetische Schreibweise ist rlung, mKhris-pa und bad-kan. Da sie wie im oben Text ausgesprochen werden, verwende ich im folgenden zur Vereinfachung die oben verwendete Schreibweise.

[110] Vgl. Amipa-Desam (2000), S. 57.

[111] Vgl. Clifford (1989), S. 127.

[112] Genauere Erklärungen hierzu werden in dem Kapitel 3.5.3 Geisteskrankheiten gegeben.

beispielsweise an blassen und geschwollenen Augen, reichlicher Schleimbildung in Nase und Rachen, Schmerzen in den Nieren, Lethargie oder Gewichtszunahme zeigen.[113]
Auch das Gleichgewicht der fünf Elemente, aus denen der Körper aufgebaut ist, spielt hierbei eine wichtige Rolle.[114] So ist beispielsweise das Element Erde für die Bildung von Muskeln, Knochen und den Geruchssinn zuständig. Im Allgemeinen entsprechen Erde und Wasser der Köperenergie Schleim, Feuer der Galle und Luft dem Wind.[115]
Außerdem, so heißt es im *Gyüshi*, spielen noch weitere Faktoren für die Erhaltung der Gesundheit eine Rolle. Dies sind zum einen eine gute Funktion der sieben körperlichen Bestandteile, bei denen es sich um die Essenz der Nahrung (Nährstoffe), Blut, Fleisch, Fett, Knochen, Knochenmark und Samen bzw. Ovum (Lebensflüssigkeit) handelt. Als zweites ist auch ein gutes Funktionieren der drei Ausscheidungen Stuhl, Urin und Schweiß für die Gesundheit wichtig. Dazu heißt es im *Gyüshi*:

> *„ Wenn sich folglich jene fünfundzwanzig Aspekte (das sind die drei Säfte, wobei jeder nochmals in 5 Unterkategorien unterteilt wird, die 7 körperlichen Bestandteile und die 3 Ausscheidungen) und die drei Faktoren der (1) Geschmacksrichtungen, der (2) Wirkkräfte der Ernährung und (3) der jeweiligen Verhaltesweisen des einzelnen im Einklang befinden, wird man gedeihen und erblühen. Sollten sich diese in Unausgeglichenheit befinden, so wird Schaden entstehen.“*[116]

Was nun als zweites die direkte Ebene der Ursachen von Krankheiten betrifft, so handelt es sich hierbei um die Gründe, warum ein Ungleichgewicht im Körper, so wie oben beschrieben entstehen kann. Im *Gyüshi* werden die einzelnen Kapitel der tibetische Medizin in Form eines Baumes dargestellt. Man unterscheidet hierbei Hauptstämme, Äste, Zweige, Früchte und ähnliches, so wie man bei uns in Kapitel und Unterkapitel unterteilt. Über die direkten Ursachen von Krankheiten wird dabei im zweiten Stamm „Der veränderte, kranke Körper“ und im fünften Zweig „Sekundäre Ursachen“ gesprochen. Dabei besteht letzterer aus vier Blättern:[117]

<u>1. Blatt: Zeitpunkt:</u> Damit ist die Jahreszeit gemeint, in der bevorzugt Störungen auftreten können. So herrschen zum Beispiel im Sommer wegen des vielen Regens und dem Wind (in Tibet) *Lung*-Krankheiten[118] vor.
<u>2. Blatt: böse Geister:</u> Dass Patienten von bösen Geistern besessen sind, ist oft dann der Fall, wenn keine Therapie anspricht. Es wird gesagt, dass es dies in Tibet oft gibt.[119]

[113] Vgl. Amipa-Desam (2000), S. 26-29, Asshauer (1993), S. 73-74, Clifford (1989), S. 127-128, Khangkar (1986), S. 22-23 und Curic (1998), S. 137-141.
[114] Vgl. Clifford ((1989), S. 125.
[115] Vgl. Men-Tsee-Khang (1995), S. 7-9.
[116] Vgl. Clark (1997), S. 40.
[117] Vgl. Curic (1998), S. 64.
[118] Durch viel Kälte und Wind wird die Körperenergie Wind aus dem Gleichgewicht gebracht. Solche Krankheiten bezeichnet man dann als *Lung*-Krankheiten.
[119] Genauere Erklärungen hierzu befinden sich im Kapitel 3.5.3 Geisteskrankheiten.

3. Blatt: Ernährung: In der tibetischen Medizin spielt es eine große Rolle, was und wie viel wir essen. Dabei ist die Nahrung von dem Konstitutionstyp, das heißt ob man ein Wind-, Galle-, oder Schleimtyp ist, abhängig.

4. Blatt: Verhalten: Auch falsches Verhalten, wie zum Beispiel Stress oder Rauchen kann viele Krankheiten verursachen. Hier spielt ebenfalls der Konstitutionstyp eine wichtige Rolle.[120]

Eine genauere Unterteilung der Ursachen von Krankheiten wird in der Encyclopaedia of Tibetan Medicine folgendermaßen durchgeführt:[121]

1. Krankheiten, die auf Ursachen aus diesem Leben basieren

a) endogen verursacht

- durch Wind
- durch Galle
- durch Schleim

b) exogen verursacht

durch Gifte

durch Waffen

durch böse Geister

2. Krankheiten, die auf Ursachen aus früheren Leben basieren

3. Krankheiten, die auf Ursachen von diesem und früheren Leben basieren

Dies ist eine grobe Unterteilung der Ursachen von Krankheiten wie sie im *Gyüshi* gelehrt werden.

3.3.2 Die Ursachen von Krankheiten in der heutigen Zeit

In den Interviews habe ich die tibetischen Ärzte nach den Ursachen von Krankheiten in der heutigen Zeit befragt. Dabei haben sie zum Teil die Ursachen für ihre Region oder auch für die westliche Welt angesprochen. Die häufigste Antwort, die fast alle Ärzte unabhängig von der Region in der sie leben gegeben haben, beinhalten Ernährung und Verhalten als wichtigste Ursache von Krankheiten. Amchi Tsampa Nagawang erklärt dazu:

> *„Sehr wichtig sind Essen und Trinken. Wann, wie viel und was ist sehr wichtig. Alle Körper sind unterschiedlich. Für jeden ist etwas anderes gut. Manche Leute sind z.B. Lung (Wind) Typen. Für die ist etwas anderes gut als z.B. für Begen (Schleim) Typen. Auch das Verhalten ist sehr bedeutend. Viele zerstören ihren Körper durch Essen. Das ist ein großes Problem. Sie essen so viel, dass sie nicht mehr in das Taxi passen oder ihren eigenen Körper nicht mehr tragen können.“*[122]

[120] Vgl. Men-Tsee-Khang (1995), S. 10-12. Genauere Erklärungen zu Ernährung und Verhalten befinden sich im Kapitel 3.6.
[121] Vgl. Dash (1994), S. 187.
[122] S. Interview Nr. 5.

Neben falscher Ernährung und falschem Verhalten[123], die einerseits die wichtigsten Ursachen von Krankheiten darstellen und andererseits auch sehr wichtig für die Therapie, sowie für die Prävention von Krankheiten sind,[124] gibt es weitere regional unterschiedliche Ursachen von Krankheiten. Dr. Dekhang erklärt dazu:

„Das variiert von Tradition zu Tradition, von Land zu Land. Das ist sehr unterschiedlich. In der tibetischen Gemeinschaft hatten wir früher große Probleme mit Unterernährung. Heutzutage haben wir viele Probleme, zum Beispiel mit Bluthochdruck, weil wir viel zu viel essen. Auch Arthritis kommt bei den Tibetern sehr oft vor. Die Inder haben mehr Probleme mit Diabetes, aber auch mit Arthritis. Auch Krebs ist ein Problem. In den westlichen Ländern haben die Menschen mehr Probleme durch Stress und Anstrengung. Wenn die Menschen mit chemischen Dingen arbeiten, haben sie oft Lungenprobleme. Auch Aids und Krebs sind große Probleme. Das sind die Krankheitsbilder die heutzutage sehr häufig sind."[125]

In den ländlicheren Gegenden wie Nepal oder Dharamsala entstehen viele Krankheiten durch eine mangelnde Hygiene und die Armut der Menschen dort. Dr. Namgyal erklärt:

„Die meisten Patienten in Dharamsala sind sehr arm, deshalb entstehen ihre Krankheiten durch falsche Ernährung und einen falschen Lebensstil. Sie müssen sehr hart arbeiten und haben oft Arthritis, Magenbeschwerden und niedrigen Blutdruck."[126]

Auch die Studentin Anna Bach beschreibt die hauptsächlichen Ursachen von Krankheiten in Nepal durch das schlechte Wasser und die schlechte Nahrungsqualität. Außerdem entstehen Krankheiten durch das Verhalten der Menschen. So betont sie, dass die Grundeinstellung der Menschen dort vor allem Zorn ist, der ebenfalls eine Auswirkung auf den Körper hat.[127] Auch zu viel Alkohol scheint ein immer größer werdendes Problem in diesen Ländern zu sein, wie Amchi Dukta Gurung in seinem Interview betont.[128]
Dagegen spielen bei uns im Westen, sowie in den größeren Städten Indiens andere Ursachen eine Rolle. Hier gibt es vor allem *Lung*-Krankheiten, die durch zuviel Arbeit und Stress entstehen.[129] Was genau Wind-Krankheiten sind, definiert Dr. Dorjee folgendermaßen:

„In der tibetischen Medizin ist Lung sehr wichtig. Lung-Krankheiten werden mit Stress und Anspannung in Zusammenhang gebracht. Es wird gesagt, dass Lung wie ein Feuer ist, das das ganze Organsystem verbrennen kann. Es kann aber auch wie Eis sein, welches das ganze Körpersystem zum Erfrieren bringt. Wenn Lung nicht im Gleichgewicht, sondern vermehrt oder verringert ist, können alle Arten von Krankheiten entstehen. Lung wird hauptsächlich mit dem Geist

[123] Genauere Erklärungen dazu im Kapitel 3.6. Das Heilen von Krankheiten.
[124] Vgl. 3.6.
[125] S. Interview Nr. 19.
[126] S. Interview Nr. 23.
[127] Vgl. Interview Nr. 25. Zorn ist der Körperenergie Galle zugeordnet, was zu einem vermehrten Auftreten von Galle-Krankheiten führen kann.
[128] Vgl. Interview Nr. 6.
[129] Vgl. Interview Nr. 16.

assoziiert. Dieses Verhältnis von Lung und Geist ist wie ein Pferd mit seinem Reiter. Lung ist das Pferd und der Reiter ist unser Geist. Es ist unser Geist, der das Pferd zähmen muss. Wenn unser Geist positiv ist, können wir das blinde Pferd unter Kontrolle halten. So können wir es in die richtige Richtung lenken! Aber wenn unser Geist im Ungleichgewicht ist, dann läuft das Pferd davon."[130]

In der westlichen Welt, so betont auch Dr. Thokmay Paljor, sind die größten Probleme die mentalen Störungen. Diese bewirken in der tibetischen Medizin eine Störung der Körperenergie *Lung*, die sich in verschiedenen Krankheiten, wie zum Beispiel Geisteskrankheiten oder auch Krebs, bemerkbar machen.[131] Dr. Yeshi beschreibt dies folgendermaßen:

„...und ich denke, dass Stressfaktoren auch noch sehr wichtig sind, ganz gleich ob hier oder in den westlichen Ländern. Die Gesellschaft hat immer mehr Stress und wird immer komplizierter. Das verursacht viele Störungen im Geist. In der tibetischen Medizin sagen wir, wenn der Geist immer mehr gestört wird oder aus dem Gleichgewicht gerät, dann wird auch der Körper aus dem Gleichgewicht geraten. Durch das körperliche Ungleichgewicht erscheinen weniger Probleme im Geist. All diese Störungen und Probleme im Geist machen aber dafür körperliche Beschwerden.[132] *Ob in Indien oder in den westlichen Ländern, viele körperliche Krankheiten beruhen oftmals auf geistigen Problemen, wie Stress oder Depression. Viele Patienten, die zu mir kommen, haben ein Lung Ungleichgewicht. In der tibetischen Medizin werden Lung-Krankheiten mit dem Geist in Zusammenhang gebracht."*[133]

Zu den Veränderungen unserer Zeit erklärt Dr. Tsewang Tamdin in seinem Interview:

„Als ich in Delhi war, habe ich gesehen, dass die Menschen dort einen sehr schlechten Lebensstil haben. Sie haben sehr viel Stress. Seit 1985 habe ich immer mehr Veränderungen gesehen, zum Beispiel was den Markt auf der Straße betrifft und auch immer mehr Einflüsse aus der westlichen Kultur. Es ist in dieser Zeit sehr viel verloren gegangen, wie zum Beispiel die Zeit zum Entspannen, das Leben in der Familie und Zeit für sich selbst zu haben. Das alles ist vorbei. Viele Leute sind sehr rücksichtslos geworden. Das Problem ist die Zeit. Es ist einfach keine Zeit da, um kurz zu entspannen und an sich selbst zu denken. Aufgrund dieser Dinge entstehen viele Probleme. Das liegt an vielen Veränderungen in der Umwelt, an der wirtschaftlichen und auch der sozialen Situation. Man sieht auch oft eine Art des geistigen Stress. Ich denke, dass der Stress eine der grundlegenden Ursachen ist, die Krankheiten verursachen."[134]

Außerdem betont Dr. Jampa, dass viele Leute auch nicht auf ihren Körper achten und deshalb schnell und oft krank werden:

---

[130] S. Interview Nr. 14.
[131] Vgl. Interview Nr. 20 und 21.
[132] Gemeint ist hier, dass geistige Krankheiten, also zum Beispiel Depression usw. zu körperlichen Beschwerden führen. Dabei hat eine Verschiebung stattgefunden, so dass man die eigentliche Ursache, nämlich die geistige Krankheit nicht mehr wahrnimmt und denkt, dass es sich um ein rein körperliches Problem handelt. Diesen Ansatz findet man auch häufig in der Psychosomatik.
[133] S. Interview Nr. 18.
[134] S. Interview Nr. 22.

„Viele Leute sind nicht sehr um ihre Gesundheit besorgt. Sie verleugnen ihre Krankheit. Zum Beispiel kümmern sie sich nicht darum, wenn es ihnen kalt ist. Oder sie verleugnen ihren Schmerz. Wenn man ein kleines Problem hat, zum Beispiel ein Nierenproblem, zum Arzt geht und er die Niere raus nimmt, dann bekommt man damit wieder ein Problem. So wird das ganze immer mehr chronisch. Viele Leute lassen sich so schnell ihre Organe entnehmen, und das macht Probleme. Dann werden die Krankheiten chronisch. Schließlich kommen sie zu uns und dann dauert die Heilung wirklich lange. Viele Leute achten überhaupt nicht auf ihre Gesundheit, ich meine nicht alle, aber die Mehrheit...“[135]

Ein weiteres Problem unserer Zeit ist nach der Meinung vieler tibetischer Ärzte die Umweltverschmutzung und die Veränderung der Umwelt in immer mehr „künstliche Dinge“, an die sich der Köper nicht so leicht anpassen kann. Dadurch entstehen wiederum viele Krankheiten, die Menschen werden allgemein kränker.[136]

Es lässt sich somit festhalten, dass die Ursachen von Krankheiten in Südasien, ähnlich wie im Westen, vor allem von der Gesellschaftsschicht abhängig sind. Bei den Ärmeren spielen vor allem Alkohol, mangelnde Hygiene und harte körperliche Arbeit eine Rolle. In der wohlhabenden Gesellschaft liegt die Hauptursache bei zu viel Stress und einer falschen Ernährung.

3.4 Das Erkennen von Krankheiten

3.4.1 Diagnostische Methoden in der tibetischen Medizin

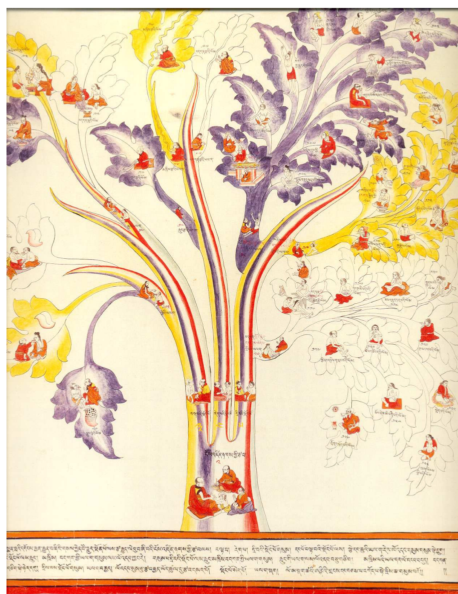


Abbildung 7: Die zweite Wurzel: Diagnostik[137]

[135] S. Interview Nr. 11. Zu Beachten ist, dass laut der tibetischen Medizin ein Organ nicht nur einfach eine physische Funktion erfüllt, sondern auch in Verbindung mit psychologischen Prozessen und Körperenergien zu sehen ist. Deshalb hat die Entnahme eines Organs weit mehr Auswirkungen auf den Körper als es nach unserem europäischen Verständnis der Fall ist.
[136] Vgl. Interview Nr. 15, 16 und 18. Mit künstlichen Dingen sind vor allem chemisch veränderte Substanzen gemeint.
[137] Bild aus Parfionovitch (1992), S.23.

„Dann fragt der Weise Ji-lä-kje: O Großer Weiser Rig-pä Jesche, wie kann man die Diagnostik der Symptome erlernen? Möge der Heiler, König der Ärzte, bitte erläutern.
In solcher Weise ersucht, erwiderte der Lehrer: O Großer Weiser, höre! Das Studium der Diagnostik der Symptome ist zu vergleichen mit dem Feuer und dem hierdurch verursachten Rauch. Folglich kann man die Krankheit durch das Beobachten der Symptome identifizieren. Ein Arzt, dem es an diagnostischen Verfahren mangelt, wird unfähig sein, die Symptome in dieser Weise zu erkennen. Er ist wie eine Person, die Dampf mit Rauch verwechselt. Wie eine Person, die behauptet, es gäbe Regen, wann immer sich Wolken sammeln, folgt er unsicheren Hinweisen. Deswegen werden die Diagnose -und Untersuchungsverfahren im folgenden dargelegt." (Gyüshi)[138]

Wie schon im obigen Kapitel erläutert, beruht jede Krankheit auf einem Ungleichgewicht der drei Körperenergien Wind, Galle und Schleim. Die diagnostischen Verfahren in der tibetischen Medizin basieren ebenfalls darauf, dieses Ungleichgewicht festzustellen. Ebenso müssen heiße von kalten Krankheiten bezüglich der einzelnen Organe bei der Diagnostik unterschieden werden.[139] Es ist hierbei wichtig zu verstehen, dass es nicht nur darum geht, eine Krankheit zu erkennen, sondern auch deren Entwicklungsprozess zu verstehen. Durch die diagnostischen Methoden versucht man aufzudecken, wie und wodurch sich die Körperenergien verändert haben, bevor die Krankheit ausgebrochen ist.[140] Um einen groben Überblick über die diagnostischen Methoden der tibetischen Medizin zu erhalten, verwende ich wiederum das im *Gyüshi* benutzte Schema eines Baumes.[141]

Wurzel 2: Diagnostik

Stamm 1: Beschauen

1. Zweig: Beschauen der Zunge

In Abhängigkeit von der Störung der Körperenergie Wind, Galle oder Schleim kommt es zu einer spezifischen Veränderung der Zunge bezüglich der Farbe, der Feuchtigkeit oder des Geschmacks. Auch können die Störungen der einzelnen Organe, das heißt ob sie zu heiß oder zu kalt sind, erfasst werden. Zur genaueren Illustration gebe ich jeweils ein Beispiel. Bei einer *Lung*-Störung ist die Zunge rot, trocken und rau. Dagegen weist eine weiße Zunge mit schwarzen Lippen auf eine Entzündung der Milz hin.[142]

[138] S. Clark (1997) S. 261.
[139] Vgl. Kapitel 3.5. Wind und Schleim-Krankheiten haben einen kalten und Galle-Krankheiten einen heißen Charakter.
[140] Vgl. Khangkar (1998) S. 39-41.
[141] Vgl. Curic (1998) S. 69-71, Abb 1.
[142] Vgl. sMan-rTsis (1995) S. 42-43.

2. Zweig: Beschauen des Urins

Dabei verwendet man den ersten Morgenurin und gibt ihn in ein weißes Gefäß aus Porzellan. Am Vortag sollten unterschiedliche Nahrungsmittel wie starker Tee, Fett oder Alkohol, sowie bestimmte Verhaltensweisen wie zu viel Stress vermieden werden.[143]

Der Urin wird im warmen, lauwarmen und kalten Stadium überprüft. Dabei wird die Farbe, der Dampf, der Geruch, die Schaum- und Blasenbildung, sowie das Sediment untersucht. So findet man bei *Lung*-Störungen einen weißlich-bläulichen Urin, der wie Wasser aussieht und große Blasen bildet, wenn er gerührt wird.[144]

Eine weitere Beobachtungsmethode, die im Baum nicht dargestellt ist, ist die Untersuchung der körperlichen Erscheinung, welche darüber Aufschluss gibt, ob man starke oder schwache Medizin benötigt, bzw. ob es sich um einen Notfall handelt. Weiterhin praktiziert der Arzt das Augenlesen, das Naselesen und das Ohrenlesen. Letzteres wird vor allem bei Kindern angewendet, da bei ihnen die Pulsrate zu hoch ist, um daraus Diagnosen ableiten zu können.[145]

Stamm 2: Diagnostik durch Berührung (oder Fühlen des Pulses)

Da es sich bei der Pulsdiagnostik um die hauptsächliche diagnostische Methode der tibetischen Medizin handelt, wird sie im folgenden Kapitel gesondert dargestellt.

Weitere seltenere Methoden der Berührung sind das Ertasten von Abnormalitäten der Haut, der Köperstruktur und der Temperatur.[146]

Stamm 3: Befragung

Dabei wird dreifach untergliedert in Fragen nach der Ursache der Krankheiten, den Symptomen und den Gegenmitteln. Dazu werden gezielte Fragen zu den einzelnen Körperenergien gestellt, bei denen man ein Ungleichgewicht vermutet.

Hat der Patient zum Beispiel die Verdachtsdiagnose *Lung*-Störung, stellt man am Anfang Fragen bezüglich Ernährung und Verhalten, die zu einer solchen Störung führen können. Das sind Fragen, ob man starken Tee, Ziegen- oder Schweinefleisch gegessen hat. Bezüglich des Verhaltens könnte eine Frage lauten, ob man in der letzten Zeit an einem kühlen und windigen Ort war. Anschließend fragt man nach den Symptomen der Krankheit. Diese wären für *Lung*-Störungen, ob man viel zittert oder sich oft strecken muss. Zum Schluss erklärt der Arzt die Gegenmittel dazu, in diesem Fall nahrhaftes Essen zu sich zu nehmen, oder sich an einem warmen Ort aufzuhalten.[147]

---

[143] Vgl. Khangkar (1998), S. 39-40.
[144] Vgl. sMan-rTsis (1995), S. 44 und Men-Tsee-Khang (1995), S. 14.
[145] Vgl. sMan-rTsis (1995), S. 40-42.
[146] Vgl. sMan-rTsis (1995), S. 44.
[147] Vgl. Donden (1986), S. 106-107.

Die Befragung ist traditionell eine der wichtigsten Methoden der tibetischen Medizin, da sie ein sehr komplettes Bild über den Patienten liefert.[148] Im *Gyüshi* werden diese diagnostischen Methoden folgendermaßen zusammengefasst:

> *„Dann sprach der Weise Rig-pä Je-sche folgende Worte: O Großer Weiser, höre! Krankheit kann durch visuelle Begutachtung, Befühlen und Befragen vollständig verstanden werden.*
> *Bei der Begutachtung durch Sehen überprüft man die Zunge und den Urin. Diese Diagnostik erfordert das Verständnis eines sichtbaren Objektes. Der Kontakt der Finger mit dem Puls ist die Quelle der übertragenen Botschaften aus dem Inneren des Körpers, und eine Diagnose solcher Art erfordert das Verständnis jener Gegenstände der Untersuchung. Man befragt den Patienten über die Bedingungen, welche die Krankheit verursacht haben, über seine Symptome und seine Ernährungsgewohnheiten. Diese Art der Diagnostik beinhaltet das Hören und Verstehen der Stimme des Patienten.“*[149]

3.4.2 Diagnostische Methoden der tibetischen Ärzte in Indien und Nepal[150]

Im Anschluss zu den obigen Erklärungen der möglichen diagnostischen Methoden stellt sich die Frage, was davon im heutigen Indien und Nepal, jenseits der Grenze Tibets, noch angewendet und am Leben erhalten wird. Folgende Graphik zeigt, wie häufig die einzelnen Methoden von den befragten Ärzten durchgeführt wurden:

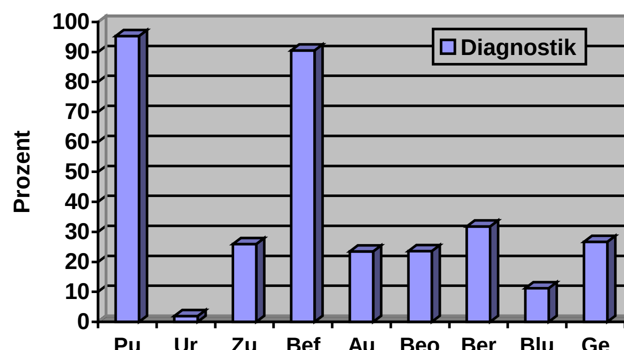


Abbildung 8: Angewendete diagnostische Methoden in Prozent (Pu = Pulsdiagnostik, Ur = Urindiagnostik, Zu = Zungendiagnostik, Bef = Befragung, Au = Augendiagnostik, Beo = Beobachtung, Ber = Berührung, Blu = Erfassen des Blutdrucks, Ge = Erfassen des Gewichts).[151]

Dabei fällt zunächst auf, dass bei 95,3% der Patienten eine Pulsdiagnostik und bei 90,5% eine Befragung durchgeführt wurde. Dies sind die mit Abstand häufigsten diagnostischen Methoden. Dagegen wird die Urindiagnostik mit 1,9% nur noch selten verwendet. Die Ursache hierfür beschreibt Dr. Ngawang Dhakpa in seinem Interview:

[148] Vgl. sMan-rTsis (1995), S. 45.
[149] S. Clark (1997), S. 43.
[150] Vgl. Anhang Nr. 2 und 6.
[151] S. S. 90.

„Hier (in meiner Praxis) benutze ich die Urindiagnostik nicht. Wie soll ich den Urin untersuchen, wenn so viele Patienten hierher kommen? Ich habe hier keine Zeit. Wenn nur ein paar Patienten kommen würden, könnte ich den Urin untersuchen. Auch wenn die Leute von weit her kommen, ist das schwer. Dann müssten sie eine Nacht hier in Kathmandu bleiben. So viele Patienten kommen vom Dorf!"[152]

Auch Dr. Dorjee erklärt, dass bei über 100 Patienten pro Tag die Urindiagnostik sehr schwierig durchzuführen sei. Sie ist zum einen sehr zeitaufwändig und zum anderen ist die Anzahl der Patienten in den großen Städten Indiens, anders als in den Dörfern Tibets, einfach zu hoch dafür.[153] Allerdings geben in den Interviews 73% der Ärzte an, die Urindiagnostik anzuwenden. Das zeigt, dass sie immer noch benutzt wird, wenn auch selten.

Bei ca. 25% aller Patienten werden auch andere Methoden wie die Zungen- und Augendiagnostik sowie Beobachtungen und Berührungen zur Diagnostik benutzt. Das gleiche ergibt sich auch aus den Interviews, nach denen 68% der Ärzte die Zungendiagnostik und 55% die Augendiagnostik anwenden. Interessant sind die neuen allopathischen Methoden, die immer mehr in der tibetischen Medizin benutzt werden. Dazu gehören vor allem das Messen des Blutdrucks bei 11,2% und des Gewichtes bei 26,7% aller Patienten. Ich konnte beobachten wie sogar Röntgenbefunde, Blutzuckerbefunde oder Fieberthermometer zur Hilfe genommen wurden.[154] Dr. Tsewang Tamdin erklärt dies in seinem Interview:

„Traditionell benutzen wir für die Diagnostik von Krankheiten drei verschiedene Methoden: Beobachtung, Berührung und Befragung. Auf welche Weise man sie anwendet, hängt vom Arzt ab. Man kann sie auch mit allopathischen diagnostischen Methoden kombinieren. Dies bedeutet aber nicht, dass man nicht dazu fähig wäre, eine Krankheit über den Puls festzustellen. Es ist jeweils von der individuellen Situation des Patienten abhängig, was das Beste für ihn ist. Zum Beispiel möchten viele ihren genauen Blutdruckwert wissen, den wir über Pulsdiagnostik nicht feststellen können. Dann messen wir eben den Blutdruck."[155]

Zum Teil werden Patienten auch zur weiteren Abklärung ins Krankenhaus überwiesen, zum Beispiel um festzustellen, ob ein Tumor, der mit tibetischer Medizin behandelt wird, geschrumpft ist.[156]

Unterschiede in den Anwendungen der diagnostischen Methoden findet man bei Erstbesuchen und bekannten Patienten. Hier erkennt man deutlich, dass bei neuen Patienten mehr Methoden angewendet werden. Dies ist verständlich, da bei bekannten Patienten die ausführliche Diagnostik schon gemacht wurde. Bezüglich der Unterteilung in ethnische Gruppen fällt auf, dass bei den Asiaten, also Indern und Nepali, prozentual mehr diagnostische Methoden verwendet wurden als bei den Tibetern. Der Grund könnte damit zusammen hängen,

[152] S. Interview Nr. 9.
[153] Vgl. Interview Nr.14.
[154] Vgl. Interview Nr. 13,23.
[155] S. Interview Nr. 22.
[156] Vgl. Interview Nr. 13.

dass die Tibeter ein größeres Grundvertrauen in ihre Medizin haben und sich mit einer kurzen Diagnostik, sprich Pulsdiagnostik, zufrieden geben. Nur die Urindiagnostik wird bei den Tibetern häufiger angewendet. Das kann damit zusammenhängen, dass sie mit dieser Methode vertraut sind und ihren Morgenurin ganz selbstverständlich mitbringen. Da bei den Europäern nur neun Patienten erfasst wurden, kann man hier keine Aussage treffen. Bezüglich des Alters erkennt man, dass bei jüngeren Patienten der Schwerpunkt mehr auf der Zungen- und Augendiagnostik, sowie Berührung und Beobachtung liegt und sie seltener befragt werden. Das könnte daran liegen, dass Kinder im Allgemeinen schwerer zu befragen sind.

Über die Reihenfolge der Anwendungen dieser Methoden gibt es unterschiedliche Stellungnahmen der tibetischen Ärzte. Häufig werden zuerst die Fragen gestellt und anschließend wird der Puls untersucht, sowie weitere Methoden angewendet. Dr. Thokmay Paljor erklärt:

> *„...Dann frage ich den Patienten zuerst, welche Probleme er hat. Ich erfrage seine ganze Krankengeschichte. Danach versuche ich im Geist herauszufinden, welches Ungleichgewicht er hat. Nun unterstütze ich diese Verdachtsdiagnose durch die Pulsdiagnostik. Ich sage auch vorher dem Patienten, dass er seinen Urin mitbringen soll. Ich sehe mir den Urin und die Zunge an und wenn nötig sage ich ihm, dass er sich hinlegen soll. Ich betaste den Körper nach Abnormalitäten. Manchmal ist die Diagnose sehr leicht. Dann stelle ich nur Fragen und untersuche den Puls. Aber manchmal ist sie auch sehr kompliziert. Dann nutze ich jede Methode aus, die wir haben. Man kann nur gut behandeln, wenn die Diagnostik gut ist.“*[157]

Andere Ärzte, wie zum Beispiel Dr. Jampa Yonten, verwenden nach dem Befragen zuerst weitere Methoden wie die Augen-, Zungen- und Urindiagnostik. Abschließend wird der Puls untersucht.[158] Jedoch gibt es auch Ärzte, die mit dem Fühlen des Pulses beginnen, danach weiter Methoden verwenden und erst am Ende die Befragung durchführen.[159] So scheint es jedem Arzt mehr oder weniger selbst überlassen zu sein, in welcher Reihenfolge er mit seinen zur Verfügung stehenden diagnostischen Methoden verfährt.

Außerdem ist es wichtig, um eine gute Diagnostik durchführen zu können, dass der Patient bestimmte Maßnahmen zur Ernährung und zum Verhalten im Vorfeld der Untersuchung berücksichtigt. Dr. Thokmay Paljor erklärt dazu:

> *„Bevor der Patient kommt, möchte ich, dass er weiß, was er im Vorfeld zu tun hat. Von seinem Verhalten her ist es so wichtig, dass er entspannt ist. Ein Tag vor der Konsultation, muss er emotional vorsichtig sein. Er sollte Zorn und Ärger vermeiden. Auch was die Ernährung betrifft, sollte er bestimmte Sachen wie z.B. Alkohol meiden.“*[160]

[157] S. Interview Nr. 20, vgl. Interview Nr. 12.
[158] Vgl. Interview Nr. 11.
[159] Vgl. Interview Nr. 16.
[160] S. Interview Nr. 20.

Grundsätzlich kann man feststellen, dass die Diagnostik meistens aus Pulsdiagnostik und Befragung besteht. Abhängig von der Zeit und dem Können des Arztes werden eventuell noch zusätzliche Methoden anwendet. Andererseits kann man sehen, dass selbst die so seltene Urindiagnostik noch lebendig ist, aber aufgrund der neuen Verhältnisse für die tibetischen Ärzte nicht mehr häufig angewendet wird.

3.4.3 Die Pulsdiagnostik

Die bedeutendste diagnostische Methode in der tibetischen Medizin ist das Erfühlen des Pulses. Es heißt in den Texten, dass der Arzt allein dadurch in der Lage sei, eine Diagnose zu erstellen und Heilmittel zu bestimmen. Er kann dem Patienten seine Symptome aufzählen, ohne dass dieser etwas gesagt hat.[161] Dies ist ein Phänomen, das ich während meiner Studie oft beobachtet habe.
Dabei ist es wichtig zu verstehen, was genau durch den Puls erfühlt wird. Übersetzt wird es als eine Art „Windenergie", die mit dem Blut durch den Köper fließt und Informationen aus jedem Organ liefert.[162] Palpiert wird im allgemeinen die Arteria radialis. In einem bestimmten Abstand zueinander fühlt der Arzt mit dem Zeige-, Mittel-, und Ringfinger seiner linken Hand den Puls der rechten Hand des Patienten. Anschließend wird mit der rechten Hand die linke des Patienten untersucht. Dabei können pro Finger jeweils zwei Organe getastet werden. So fühlt zum Beispiel der rechte Mittelfinger die Milz und den Magen. Insgesamt können so die Pulse aller 12 Organe erfasst werden.[163]
Das *Gyüshi* enthält ein Kapitel, das nur die Pulsdiagnostik beschreibt und in 13 Unterkapitel unterteilt wird. Zur Illustration werde ich einen kurzen Überblick darüber geben:[164]

1. Vorbereitende Maßnahmen

Wie schon bei der Urindiagnostik erläutert ist es wichtig, dass der Patient am Vortag auf bestimmte Nahrungsmittel zum Beispiel erhitzende Nahrung wie Schnaps verzichtet. Auch bestimmte Verhaltensweisen wie Stress sind zu vermeiden. Vor der Untersuchung soll der Patient ruhig und entspannt sein. Ein bedeutender Experte der Pulsdiagnostik ist Dr. Tsewang Tamdin, der momentan als Leibarzt des Dalai Lama in Dharamsala arbeitet. Ich habe ihn gezielt zu diesem Thema befragt. Hierzu erklärt er folgendes:

> *„In der tibetischen Medizin ist die Pulsdiagnostik ein sehr wichtiges Mittel eine Krankheit zu erfassen. Mit dieser Methode kann man viel über die Ursache der Krankheit herausfinden. Um die Pulsdiagnostik durchzuführen muss man einen sehr entspannten Geist haben, sehr konzentriert sein und auch sehr sanft. Sonst kann man die Tiefe des Pulses nicht fühlen. Außerdem sollten die*

[161] Vgl. Curic (1998), S. 156.
[162] Vgl. Choedrak (1994), S. 101.
[163] Vgl. Dummer (1994), S. 77-78. Die 12 Organe sind Magen, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Herz, Niere, Milz, Leber, Gallenblase, Skrotum/Ovar und Harmblase.
[164] Vgl. Rinpoche (1988), S. 93-96.

Hände warm sein. Wenn sie sehr kalt sind, ist es auch schwierig etwas zu fühlen. Wenn man den Patienten sieht, sollte man auch nicht zu emotional sein. Man muss sich hundertprozentig auf die Finger konzentrieren. Das sind die Aspekte, die den Arzt betreffen. Was nun den Patienten angeht, so sollte er sehr entspannt sein. Er sollte vorher nicht in zu viele Aktivitäten verstrickt sein. Wie ich schon vorher erwähnt habe, haben viele Patienten seit Jahren zu viel Stress. Man kann auch viele geistige Probleme eines Patienten am Puls erkennen." [165]

2. Die Zeit, wann man den Puls fühlt

Der beste Zeitpunkt ist am frühen Morgen *„wenn der erste Lichtstrahl in der Morgendämmerung den Himmel erleuchtet bis die ersten Lichtstrahlen den Boden erwärmen".* [166]

3. Die Stelle, wo der Puls gefühlt wird

Hier werden die genauen Punkte auf der Arteria radialis beschrieben.

4. Der Grad des Druckes, den man beim Pulsfühlen anwendet

„Mit dem Zeigefinger drückt man einfach die Haut, mit dem Mittelfinger drückt man das Fleisch hinunter, mit dem Ringfinger berührt man fast den Knochen." [167]

5. Die Information, die in den Positionen des Pulses enthalten ist

Hier wird genau erklärt, welcher Finger für welche Organe zuständig ist.

6. Die verschiedenen Arten des natürlichen Pulses, gefunden in verschiedenen Typen von Individuen

Es gibt beim Gesunden grundsätzlich drei verschiedene Arten von Pulsen. Das ist der männliche, der weibliche und der neutrale Puls. Daran kann man viele Eigenheiten über eine Person erkennen. Beispielsweise hat ein Mann mit einem weiblichen Puls ein langes Leben, eine Frau mit einem männlichen Puls wird Glück und Söhne haben.

7. Die Beziehung zwischen den 4 Jahreszeiten, prinzipiellen Organen, 5 charakteristischen Elementen und dem Gesetz von Mutter und Sohn, Freund und Feind

Hier wird aufgezeigt, wie sich der Puls entsprechend dieser Faktoren, wie Jahreszeiten oder der unterschiedlichen Organe, verändern kann.

8. Die sieben erstaunlichen Pulse

Sie werden bei Gesunden getastet und dienen als Orakel. Hier kann man zum Beispiel erfühlen, was in der Zukunft mit der Familie passiert. Man kann am Puls eines nahen Verwandten sehen, wie es jemandem geht, der auf Reisen ist oder wie sein Gesundheitszustand ist. Hierzu aus dem Interview mit Dr. Tsewang:

---

[165] S. Interview Nr. 22.
[166] S. Rinpoche (1988), S. 94.
[167] S. Rinpoche (1988), S. 95.

F: Ich habe auch gehört, dass es möglich ist, den Puls eines Patienten durch den der Verwandten festzustellen. Ist das wirklich möglich?

„Ja, wenn der Patient zum Beispiel zu schwach ist, um zum Arzt zu gehen, dann kann der nächste Verwandte zum Arzt gehen und sich untersuchen lassen."

F: Wird das auch noch gemacht?

„Ja natürlich, aber ich kann nicht sagen, wie viele Ärzte noch in der Lage dazu sind."[168]

9. Wie man zwischen Gesundheit und Krankheit unterscheidet

Zwei Methoden werden hier aufgezeigt. Zum einen zeigt sich Gesundheit an der Anzahl der Pulsschläge pro Atemzug. Normal sind ungefähr 5 Schläge. Zum anderen bedeutet ein Abweichen vom natürlichen Puls, dass man krank ist.[169]

10. Das Identifizieren von Krankheiten

Hier werden die Pulse für heiße und kalte Krankheiten erklärt, ebenso bei Wind, Galle und Schleim-Krankheiten.

11. Der Puls des Todes

Hier kann man Todeszeichen am Puls erkennen.

12. Dämonische Pulse[170]

13. Der Puls der Lebenskraft

Hier wird die cubitale Arterie in der Mitte des Handgelenks getastet. Der Puls zeigt wie lange man noch lebt.

Dr. Tsewang erklärt die Möglichkeiten der Pulsdiagnostik folgendermaßen:

> *„...Durch den Puls kann man viele Dinge erkennen, zum Beispiel die Lebensspanne, die Krankheiten, den Personentyp. Man kann bis zu 700 unterschiedliche Pulse tasten. Zum Beispiel könnte man erkennen, ob jemand von zu Hause fortgeht, nahe zu Hause ist oder nicht mehr kommt. Aber um diese Dinge festzustellen braucht man sehr viel Erfahrung und muss sehr konzentriert sein. Es dauert sehr lange, bis man so weit kommt. Allerdings ist das für die heutige Zeit auch nicht mehr so relevant, da wir ja all die elektronischen Geräte haben. Manchmal funktionieren auch diese Maschinen, wie Blutdruckmessgerät oder Blutzuckermessgerät nicht, oder es gibt keinen Strom. Was soll man dann machen?"*[171]
>
> *F: Wie lange ist es notwendig zu lernen, um die Pulsdiagnostik gut anwenden zu können?*
>
> *„Das dauert mindestens zwanzig bis dreißig Jahre. Das ist das Minimum, um wirklich exzellent zu sein. Das hängt aber natürlich auch davon ab, wie viele Patienten man hat. Auch ist es so, dass*

[168] S. Interview Nr. 22.

[169] Der natürliche Puls ist abhängig vom Konstitutionstyp, dass heißt es gibt charakteristische Wind, Galle und Schleimpulse und die Pulse der Mischtypen.

[170] Vgl. Kapitel 3.5.3 Geisteskrankheiten.

[171] S. Interview Nr.22.

zwei verschiedene Patienten, obwohl sie die gleiche Krankheit haben, einen anderen Puls zeigen. Dementsprechend sind auch die Medikamente und Ernährungsratschläge unterschiedlich. Das ist sehr wichtig."[172]

F: Eine weitere interessante Frage ist, wie genau diese Methode wirklich ist. Wenn ich zum Beispiel meinen Puls bei fünf verschiedenen Ärzten untersuchen lassen würde, welches Ergebnis würde entstehen?

„Ich denke, wenn sie zu fünf verschiedenen Ärzten gehen, werden manche vielleicht ausführlicher berichten und andere eher kürzer. Das hängt davon ab, was sie sagen möchten. Ich denke 75% werden gleich sein und 25% abweichen. Denn das alles hängt auch von der geistigen Lage der Ärzte zu genau diesem Zeitpunkt der Diagnosestellung ab. Ich denke, es wird nicht so viele Unterschiede geben. Es hängt davon ab, wie viel der Arzt fähig ist zu fühlen, und ob er es ausführlich oder kurz prüft. Aber die Diagnose wird nicht sehr anders sein."[173]

Abschließend möchte ich noch ein relativ aktuelles Thema bezüglich der Pulsdiagnostik ansprechen. Jenseits der Grenzen Tibets hat die Modernisierung auch hier keinen Halt gemacht. In Ulan-Ude haben eine Reihe von Wissenschaftlern unter der Leitung des Radiophysikprofessors Dr. Tsch. Zidipow einen Computer entwickelt, der die Pulsdiagnostik übernehmen soll. Mit Hilfe eines Drei-Punkte-Tasters, der an beide Handgelenke des Patienten angebracht wird, können angeblich sowohl die Körperenergien, Wind, Galle und Schleim, sowie heiße und kalte Krankheiten abgelesen und auch die Organe beurteilt werden. Ein zweites Programm empfiehlt dann ebenfalls automatisch, welche Medikamente oder andere Heilverfahren angewendet werden oder welche Ernährungsratschläge berücksichtigt werden sollten. Die Sicherheit dieser Programme, so wird behauptet, liegt bei 85%.[174] Dr. Tsewangs Meinung dazu: *„Ich denke nicht, dass die Pulsdiagnostik durch Maschinen so gut ist. In manchen Fällen vielleicht."*[175]

So kann man nun zusammenfassend feststellen, dass die Pulsdiagnostik nach wie vor der wichtigste Baustein der diagnostischen Methoden in der tibetischen Medizin darstellt. Sie wird auch bei nahezu 100% der Patienten angewendet. Um sie zu erlernen, ist sehr viel Zeit und Ausdauer nötig. Nach meinen Beobachtungen verbringt der Schüler nach seiner Ausbildung ein bis zwei Jahre bei einem erfahrenen Arzt, wo er bei jedem Patienten den Puls untersucht und seine Ergebnisse mit dem Arzt vergleicht. Ob die computerisierte Pulsdiagnostik dauerhaften Einzug in die tibetische Medizin erhalten wird, ist sehr fraglich. Mir wurde während meiner Studie oft von den Ärzten erklärt, dass ein wesentlicher Beitrag zur Genesung des Patienten der persönliche Kontakt mit dem Arzt ist, sowie das Vertrauen und die Sympathie, die sich dadurch entwickelt. Dr. Dawa Dolma erklärt dazu:

---

[172] S. Interview Nr.22.
[173] S. Interview Nr.22.
[174] Vgl. Reichle (1997), S. 152-155.
[175] S. Interview Nr. 22.

„Manche Patienten sagen zu mir, während sie sich mit mir nett unterhalten haben, wäre schon ihre Herzkrankheit geheilt. Was heißt das? Was die Patienten brauchen, ist einen sympathischen Arzt. Dem Patienten gegenüber Sympathie zu zeigen, ist sehr wichtig. Wenn man nicht Sympathie und Mitgefühl hat, wirkt unsere tibetische Medizin auch nicht. Die tibetische Medizin ist unserer buddhistischen Religion[176] sehr nah. Die Arzt-Patienten-Beziehung ist sehr wichtig. Es ist bedeutend, dass man offen darüber reden kann, was man fühlt. Ich denke, deswegen ist die tibetische Medizin so erfolgreich!“[177]

3.5 Krankheiten

3.5.1 Der Krankheitsbegriff in der tibetischen Medizin

Da der Krankheitsbegriff in der tibetischen Medizin grundlegend von unserer allopathischen Definition abweicht, ist es wichtig, diesen am Anfang kurz zu erläutern.
In der allopathischen Medizin wird Krankheit definiert als subjektives und/oder objektives Bestehen körperlicher und/oder geistig-seelischer Störungen bzw. Veränderungen.[178] Dagegen ist Krankheit laut tibetischer Medizin ein Ungleichgewicht der Körperenergien Wind, Galle und Schleim. Das bedeutet, es muss im Gegensatz zur allopathischen Medizin am Anfang keine körperliche oder geistige Störung vorhanden sein. Die Krankheit ist schon vorhanden, manifestiert sich aber oft erst zu einem späteren Zeitpunkt.
Neben Wind-, Galle- und Schleimkrankheiten werden ebenfalls heiße von kalten Krankheiten unterschieden. Dabei sind Wind- und Schleimkrankheiten eher kalt und Gallekrankheiten eher heiß.[179] Man unterscheidet 42 Arten von Windkrankheiten, 26 Arten von Gallekrankheiten und 33 Arten von Schleimkrankheiten. Das sind somit insgesamt 101 Krankheiten.[180] Diese können folgendermaßen in weitere Unterkategorien unterteilt werden:[181]

<u>101 *karmische* Krankheiten:</u>
Diese resultieren aus negativen Handlungen in früheren Leben. Die Krankheiten sind im allgemeinen sehr gravierend und schwer zu heilen.

<u>101 Krankheiten dieses Lebens, die ihre Ursache in einer früheren Lebensperiode haben und sich später manifestieren.</u>
Diese hängen mit negativen Handlungen zusammen, die in diesem Leben begangen wurden und die *karmische* Konsequenz sich in einer späteren Lebensperiode zeigt. Solche Krankheiten enden ohne Behandlungen meist tödlich.

[176] Mehr Informationen über Buddhismus vgl. Nydahl (2004).
[177] S. Interview Nr. 15.
[178] Vgl. Tutsch (1997), S. 989.
[179] Vgl. Asshauer (1993), S. 86.
[180] Vgl. Curic (1998), S. 125.
[181] Im tibetischen Buddhismus, sowie in der tibetischen Medizin gibt es einige immer wiederkehrende Zahlen, die eine gewisse Symbolik haben. Dazu zählt die 101, genauso wie die 108 oder die 84000. So werden die hier genannten 101 Krankheiten nochmals in insgesamt 404 Krankheiten unterteilt, wobei diese dann in 4 Kategorien zusammengefasst werden.

101 von Geistern ausgelöste Krankheiten
Nach buddhistischen Erklärungen handelt es sich hierbei um unsichtbare Wesen, die den Menschen schädigen können. Diese Krankheiten kann man nur mit spirituellen Methoden heilen.

101 oberflächige Krankheiten
Diese resultieren aus falscher Ernährung und falschem Verhalten, so dass sie ohne besondere Behandlung durch richtige Ernährung und richtiges Verhalten geheilt werden können.[182] Alle diese Gruppen können noch in weitere Untergruppen unterteilt werden, so dass man in der tibetischen Medizin insgesamt von 84000 Krankheiten spricht.[183]
Diese Unterteilung der Krankheiten kann man sehr schwer mit dem Schema vergleichen, das wir von der allopathischen Medizin kennen. Schon der Ansatzpunkt ist völlig unterschiedlich. In der allopathischen Medizin klassifizieren wir die Krankheiten anhand von Symptomen oder durch Beschreibung der unterschiedlichen Schädigungen der Organe, wie Entzündungen oder Tumoren. In der tibetischen Medizin geht der Ansatz von feinstofflichen Prinzipien, wie den drei Körperenergien aus. Dabei ist es auch nicht möglich, ein Krankheitsbild der allopathischen Medizin in eine Krankheit der tibetischen Medizin zu übertragen.[184] Zum Beispiel kann die Diagnose Arthritis in der tibetischen Medizin bei zwei unterschiedlichen Personen zwei unterschiedlichen Krankheiten entsprechen. Dies bedeutet, es könnte sich hierbei bei dem einen Patienten um eine Wind-Krankheit und beim anderen um eine Schleim-Krankheit handeln.[185] Um die Diagnosefindung und Krankheitsbezeichnung zu verdeutlichen wird ein typisches Beispiel eines Arztbesuches bei Dr. Dorje Keldor dargestellt:

> *Eine Frau hat starke Schmerzen am linken Ellenbogen. Er ist leicht geschwollen. Sie kann den Arm heben und den Ellenbogen fast ausstrecken. Der Arzt tastet und erklärt mir: „Erst schau ich mir das an und stelle Fragen. Dann überlege ich mir, was es sein könnte. Da es nur einseitig ist und sie den Arm ausstrecken kann, denke ich, dass es etwas neurologisches ist und keine Arthritis. Dann überprüfe ich die Finger nach Taubheit oder Schmerzen. Es ist alles in Ordnung. Danach mache ich die Pulsdiagnostik um zu überprüfen, ob meine Verdachtsdiagnose stimmt. (Er fühlt den Puls). Ja, es ist was neurologisches aufgrund einer Wind-Störung. Deshalb ist sie sehr verkrampft und der Rücken ist hart und schmerzt. (Wir überprüfen das beide und es stimmt). Durch diese Verkrampfung hat sie vielleicht ungünstig gelegen oder irgendwas anderes. Sie kann kein Ereignis nennen, das mit den Schmerzen zusammen hängt. Die Hauptursache ist auf alle Fälle eine Lung-Störung.“ Er untersucht weiter die Zunge, die Augen und überprüft auch den anderen Arm, der aber in Ordnung ist. Was verschreibt er? „Auf alle Fälle Schmerzmittel und dann noch Pillen gegen die Lung-Störung und zum Reduzieren der Schwellung. Das ist erst mal das*

[182] Vgl. Donden (1986), S. 16-17.
[183] Vgl. Curic (1998), S. 125-126.
[184] Vgl. Curic (1998), S. 126.
[185] Vgl. Interview Nr. 22.

Wichtigste. Dann soll sie in ca. zwei Wochen wiederkommen.“.[186]

Während meiner Studie habe ich festgestellt, dass die meisten Ärzte mit unseren Begriffen aus der allopathischen Medizin arbeiten. Oft wird die tibetische Diagnose gegenüber dem Patienten gar nicht mehr erwähnt, sondern nur der allopathischen Ausdruck verwendet. Dies ist vor allem bei den jüngeren Ärzten, die ihre Ausbildung in Dharamsala oder Darjeeling gemacht haben, zu beobachten. Die älteren Ärzte aus den ländlichen Gebieten, die noch in Tibet oder bei ihrem Vater gelernt haben, verwenden dagegen Begriffe der tibetischen Medizin. Zu dieser Beobachtung haben ich Dr. Dawa Dolma befragt:

„Da wir viel im Westen arbeiten und die Menschen dort ihre Begriffe hören wollen, müssen wir sie auch beherrschen. Wir müssen mit der tibetischen Terminologie und der allopathischen arbeiten können. Zum Beispiel kann eine Lung-Störung in der allopathischen Terminologie eine Depression sein, oder aber auch Schlaflosigkeit bedeuten.“[187]

So hat auch hier eine Modernisierung in der tibetischen Medizin stattgefunden. Neben der klassischen Ausbildung muss sich der moderne tibetische Arzt jetzt auch Kenntnisse über die allopathische Medizin aneignen. Da die Patienten dies wünschen und auch viele Patienten mit schon gestellten Diagnosen zu ihm kommen, ist es notwendig mit diesen Begriffen arbeiten zu können. Dies bedeutet jedoch kein Etikettenwechsel für die tibetischen Ärzte, sondern viel mehr eine zusätzliche Erweiterung ihres Wissens durch die allopathische Terminologie und deren Verständnis von Krankheit.

3.5.2 Die Hauptbeschwerdebilder in Indien und Nepal[188]

Da die tibetischen Ärzte teilweise mit allopathischen oder mit tibetischen Begriffen arbeiten, wenn sie über unterschiedliche Krankheiten sprechen, habe ich in der Beschreibung der Hauptbeschwerdebilder beide mit aufgenommen. Zumeist werden die allopathischen Begriffe verwendet, da sie von den meisten Ärzten benutzt werden. Um statistische Aussagen treffen zu können, werden die Krankheiten thematisch entsprechend den Organen geordnet und nur einzelne, häufig vorkommende Krankheitsbilder gesondert betrachtet.

Die im Allgemeinen am häufigsten vorkommenden Krankheitsbilder sind einerseits gastroenterologische Erkrankungen mit 35,8%. Hierbei handelt es sich vor allem um Gastritis. Zum anderen sind es die Erkrankungen aus dem rheumatischen Formenkreis mit 25,4%, wobei es sich hier vor allem um Arthritis und Arthrose handelt.

Die Ursache der Magenprobleme in Indien erklärt Dr. Ngawang Dhakpa mit der oft falschen Ernährung. Es wird dort unregelmäßig gegessen und das Essen ist sehr scharf und ölig.[189] Bei den Tibetern kommt noch hinzu, dass sie viel Buttertee trinken, der für die kalten tibeti-

[186] Dokumentierte Diagnostik bei Dr. Keldor in Gangtok am 20.1.2003.
[187] S. Interview Nr. 21.
[188] Vgl. Anhang 5 Hauptbeschwerdebilder und Anhang 6.
[189] Vgl. Interview Nr. 9.

schen Verhältnisse sehr gut ist, aber in der Wärme Indiens Beschwerden verursachen kann.[190]

Die rheumatischen Erkrankungen sind im Norden vor allem durch die Kälte bedingt, wie Dr. Jampa Yonten aus Darjeeling erklärt.[191] Es handelt sich hierbei vor allem um Arthrose. Auch Dr. Namgyal Qusar betont, dass durch die Armut sehr hart gearbeitet werden muss und dadurch ebenfalls rheumatische Probleme entstehen können.[192] Im Süden Indiens findet man dagegen vor allem Arthritis. [193]

Bei den weiteren häufig vorkommenden Krankheitsbildern wird nur nach Regionen und nicht nach den einzelnen Städten unterschieden.

Zusätzlich findet man im Norden Leberprobleme, Tuberkulose und Erkältung. In Mustang findet man beispielsweise häufig Lebererkrankungen. Amchi Tsampa Ngawang begründet dies damit, dass die Leute hier zu viel Alkohol trinken.[194] Nach tibetischer Terminologie handelt es sich bei diesen Erkrankungen vorwiegend um Wind- und Schleim-Krankheiten. Wind-Krankheiten entstehen in windigem und kaltem Klima und Schleim-Krankheiten vor allem in feuchtem Klima,[195] was wiederum gut zu den Wetterverhältnissen im Norden passt.[196]

In Zentral- und Südindien werden neben den Magenproblemen und der Arthritis vor allem geistige Krankheiten, Hautprobleme und Krebs angegeben. Hier handelt es sich zumeist um größere Städte. Krankheiten, wie zum Beispiel Hautprobleme, werden mit dem Stadtleben in Zusammenhang gebracht. Auch kommt in Südindien im Vergleich zum Norden gehäuft Diabetes mellitus und Hypertonie vor. Außerdem herrscht dort ein sehr warmes Klima vor, was in tibetischer Terminologie den Galle-Krankheiten zuzuordnen ist.[197]

Des Weiteren sind die Krankheiten von der Gesellschaftsschicht abhängig. So könnte das vermehrte Auftreten von Hypertonie und Diabetes in Südindien auch damit zusammenhängen, dass in den südlichen Großstädten wie Bombay und Bangalore genauso wie in Delhi mehr wohlhabende Inder zum tibetischen Arzt gehen. In den nördlichen ländlicheren Gegenden sind die Verhältnisse oft ärmlicher.[198] Die Studentin Anna Bach antwortet dazu auf die Frage der häufigsten Krankheiten in Nepal folgendermaßen:

„Starke Verdauungsprobleme sind auf eine Leberschwäche zurückzuführen. Hier machten viele Bewohner eine Hepatitis durch, sei es A, B, oder C. Speziell in Nepal haben viele Männer Alkoholprobleme, weil sie keiner Arbeit nachgehen. Die Leber wird geschädigt. Dann Tuberkulose, und

---

[190] Vgl. Interview Nr. 1.
[191] Vgl. Interview Nr. 11.
[192] Vgl. Interview Nr. 23.
[193] Vgl. Interview Nr. 16.
[194] Vgl. Interview Nr. 5.
[195] Vgl. Curic (1998), S. 130.
[196] In der tibetischen Medizin hängen die Störungen durch die drei Körperenergie auch von äußeren Einflüssen aus der Umwelt, wie zum Beispiel dem Klima, ab. Dementsprechend muss man auch seine Gewohnheiten zu Ernährung und Verhalten den äußeren Bedingungen anpassen. Siehe hierzu auch Kapitel 3.6.1.
[197] Vgl. Curic (1998), S. 130.
[198] Im Allgemeinen werden Diabetes und Hypertonie als die Krankheiten der Reichen und Arthrose sowie Infektionskrankheiten und Leberprobleme durch Alkohol als die Krankheiten der Armen betrachtet.

schwere Hauterkrankungen!.... Ansonsten gibt es hier Malaria, Amöbenruhr und eine ganze Reihe tropischer Krankheiten. Die Tibeter haben viele Virusinfekte, also Husten, hohes Fieber und Kopfschmerzen, die schon ein bisschen in die Richtung Meningitis gehen. Die ganz heftigen Krankheiten findet man hier. Bei den reicheren Leuten entsteht vor allem Diabetes, Fettsucht und hoher Blutdruck, wie in Deutschland auch.“[199]

Auch aus der Statistik ist zu erkennen, dass Kopfschmerzen und Erkältung mit 10,9% als auch Infektionen mit 5% häufiger bei den Tibetern vorkommen als bei den Indern. Ein weitere Unterschied zwischen Indern und Tibetern findet man beim Diabetes mellitus. Bei den Indern erkrankten 7,5% der Patienten an Diabetes mellitus, bei den Tibetern nur 4,0%. Da in Südindien vor allem Inder zum tibetischen Arzt gehen, im Norden aber mehr Tibeter, könnte das vermehrte Vorkommen von Diabetes in Südindien auch damit im Zusammenhang stehen. Es fällt auch auf, dass es in Indien ein große Anzahl extrem süßer Speisen gibt, die für einen Europäer schon fast ungenießbar sind. Sie werden vor allem von den Indern und weniger von den Tibetern bevorzugt.

3.5.3 Geisteskrankheiten

Das Kapitel der Geisteskrankheiten in der tibetischen Medizin wird sehr ausführlich behandelt und enthält sehr interessante Parallelen aber auch starke Gegensätze zu unserer allopathischen Medizin. Man kann es als ein gutes Beispiel für den Umgang mit Krankheiten in der tibetischen Medizin betrachten.
Über Geisteskrankheiten wird im dritten *Tantra* der tiefgründigen Unterweisungen in den Kapiteln 77, 78 und 79 gesprochen.[200] Bevor ich darauf im einzelnen eingehe, ist es wichtig, einen Überblick über den Ursprung und die Ursachen von Geisteskrankheiten im Allgemeinen zu erhalten. Grundsätzlich ist von großer Bedeutung, dass nach buddhistischer Auffassung Körper und Geist sehr eng miteinander verbunden sind. So kann eine geistige Krankheit auch durch eine körperliche Störung bedingt sein, genauso wie eine körperliche Krankheit durch geistige Disharmonie ausgelöst werden kann. Dabei kann die Geisteskrankheit entweder von Geburt an vorhanden sein oder sich erst im Laufe des Lebens entwickelt haben. Ersteres könnte zum Beispiel durch eine falschen Ernährung der Mutter bedingt sein. Für die zweite Ursache wären traumatische Erfahrungen ein Beispiel. Aber auch durch die Geistesgifte[201], wie starke Aggression, Zorn oder Eifersucht kann eine Geisteskrankheit entstehen. Diese Zustände können durch falsche Ernährung oder falsches Verhalten weiter gesteigert werden. Entsprechend der Körperenergien, der die Geisteskrankheit zugeordnet ist, verstärkt sie sich. So können zum Beispiel bestimmte Nahrungsmittel die Körperenergie aus dem Gleichgewicht bringen. Wenn man beispielsweise eine Geisteskrankheit aufgrund einer

---

[199] S. Interview Nr. 25.
[200] Vgl. Clifford (2001), S. 173.
[201] Die fünf Geistesgifte sind Dummheit, Anhaftung, Abneigung, Stolz und Eifersucht.

Wind-Störung hat, würde man diese durch starken Kaffee oder Tee noch weiter verschlimmern.[202]

Zumeist sind Geisteskrankheiten durch eine Störung der Körperenergie Wind ausgelöst. Wenn der Wind auf ungewohnten Wegen im Körper zirkuliert oder zu viel oder zu wenig vorhanden ist, entstehen Störungen im Bewusstsein. Gestört wird der Wind zum Beispiel durch Sorgen, Stress, Überarbeitung, Ärger, einen plötzlichen Schock oder Angst. Diese Störung manifestiert sich dann psychisch in Überempfindlichkeit, Ängstlichkeit oder emotionaler Instabilität. Auf körperlicher Ebene können Herzklopfen, Schwindel oder Schlaflosigkeit die Folge sein. Ist diese subtile Lebenskraft, wie der Wind auch bezeichnet wird, geschwächt, können bestimmte Wesen, die im Tibetischen als Geister oder Dämonen bezeichnet werden, über Kanäle in den Körper und in das Herz, dem Sitz des Bewusstseins, eindringen und dieses dann kontrollieren.[203]

Um solche Geisteskrankheiten richtig behandeln zu können, ist es wichtig, die Ursachen zu kennen, da dementsprechend die Behandlung erfolgt. Im *Gyüshi* werden fünf Ursachen unterschieden, die hier kurz erklärt werden sollen:

1. *Karma*

Hier liegt die Ursache für die Krankheit nach Meinung der tibetischen Medizin in früheren Leben. Sie ist, wie schon oben erwähnt, sehr schwer zu heilen. Die einzige Medizin sind buddhistische Heilmethoden wie Meditation. Wenn man zum Beispiel im früheren Leben jemanden bei der Meditation gestört hat, resultiert in diesem Leben daraus eine große Traurigkeit oder Depression, die plötzlich ohne äußere Ursache auftritt.

2. Kummer-Sorgen

Hiermit sind äußere Umstände gemeint, die zu psychischen Störungen führen können und dann ein Ungleichgewicht der Elemente bewirken. Dazu gehören zum Beispiel eine traurige Liebesaffäre, den Job zu verlieren oder ähnliches. Hier kann man sowohl mit Kräutermedizin oder Moxa, als auch mit buddhistischer Praxis heilen.

3. Ungleichgewicht der Körperenergien

Psychologischer und emotionaler Exzess in eine bestimmte Richtung verursacht die Störung einer Körperenergie. So entstehen zum Beispiel aus zu viel Anhaftung, Lust oder Begierde Wind-Störungen. Diese lassen sich zumeist durch richtige Ernährung und richtiges Verhalten behandeln.

[202] Vgl. Rinpoche (1988), S. 12-14.
[203] Vgl. Clifford (2001), S. 132-136. Nach buddhistischer Auffassung gibt es unterschiedliche Arten von Daseinsbereichen, von denen wir Menschen nur uns und die Tiere wahrnehmen können. Es existieren aber noch viele unsichtbare Wesen, die uns, ohne dass wir es merken, beeinflussen können vgl. Seegers (2004), S. 88-90.

4. Gift

Dies ist eine direkte Ursache für Wahnsinn. Dabei wird zwischen direktem Gift, einer Kombination von nichtgiftigen Substanzen oder giftigen körpereigenen Substanzen unterschieden. Als Behandlung wird hier Medizin aus Kräutern oder Tierprodukten verwendet.

5. Dämonen oder böse Geister

Wie schon oben erwähnt kann in einen schwachen Körper ein Geist eindringen und unterschiedliche Krankheitsbilder verursachen. Diese Störung kann mit allen oben erwähnten Ursachen kombiniert sein, oder alleine auftreten. Es gibt hier die verschiedensten Arten von Geistern, die zu unterschiedlichen Krankheitsbilder führen können. Die Behandlung besteht vor allem aus speziellen Ritualen und spezieller Medizin.[204]

Dr. Namgyal Qusar berichtet über die Ursachen von Geisteskrankheiten in seinem Interview:

> *„Die Erklärungen der tibetischen Medizin zu Geisteskrankheiten sind sehr tiefgreifend und komplex. Wir haben sehr viele verschiedene Namen für unterschiedliche Geisteskrankheiten. Aber die Hauptursache von Geisteskrankheiten, ob sie nun leicht oder schwer sind, ist ein Ungleichgewicht der Energien im Körper. Sie entstehen aufgrund der Geistesgifte, das heißt wenn Leute sehr viel Anhaftung, Hass, Zorn, Eifersucht usw. haben. Wenn man zum Beispiel sehr materialistisch ist, also sehr an den materiellen Dingen haftet, dann wird man krank und depressiv und hasst denjenigen, der dies besitzt. Das ist die Wurzelursache aller Geisteskrankheiten. Danach wird die Sache immer komplexer. Es können Krankheiten auch durch Faktoren aus der Umwelt entstehen.“*[205]

Im *Gyüshi* werden die Geisteskrankheiten im dritten *Tantra* in drei Kapiteln behandelt. Zur Verdeutlichung wird ihr Inhalt kurz beschrieben.

Kapitel 77

Hier werden 18 Arten von „elementaren Geistern“, die zu einem plötzlichen Wahnsinn führen, beschrieben. Es handelt sich dabei um 18 unterschiedliche Psychosen. Ein Beispiel dafür sind die „hässlichen bösen Geister“ die bewirken, dass man vor Angst zittert und kein Verlangen nach Essen hat. Die Behandlung ist bei diesen 18 Geistern vor allem spiritueller Natur. Sie müssen aus dem Körper ausgetrieben werden. Dies geschieht mit Ritualen, mit denen man den Geist aus dem Körper entfernt.

Kapitel 78

Hier wird eine Art von Verrücktheit beschrieben, die vor allem durch emotionale und körperliche Störungen bedingt ist. Es kann sich darüber hinaus noch ein Dämon in den Körper setzen. Zum Beispiel kann aus zu viel der Körperenergie Galle Ärger und Gewalt entstehen. Man mag die Kälte, hat gelbe Tränen und sieht Feuer und Sterne vor den Augen. Die Be-

[204] Vgl. Clifford (2001), S. 136-146.
[205] S. Interview Nr. 23.

handlung besteht aus unterschiedlichen externen Therapiemethoden wie Massagen oder forciertem Erbrechen sowie Medikamenten.

Kapitel 79

Hier werden Dämonen beschrieben, die zur Vergesslichkeit bis zum absoluten Gedächtnisverlust führen. Die Behandlung ist ähnlich wie im Kapitel 78.[206]

Wie diese Geisteskrankheiten behandelt werden beschreibt Dr. Namgyal Qusar:

> *„Natürlich habe ich sehr viele Patienten deren Krankheiten hauptsächlich geistig begründet sind, auch wenn es sich um keine Geisteskrankheit im eigentlichen Sinne handelt. Ich gebe ihnen oft Ratschläge, die auf spirituellen buddhistischen Grundlagen basieren und wie sie mit den Problemen umgehen können. Denn ich kann ja nicht die Probleme für sie lösen. Das müssen sie selber machen. Da müssen sie selbst daran arbeiten. Ich denke, mehr als 50% der Patienten könnten ihre Krankheiten heilen, wenn sie selbst an sich arbeiten würden. Dabei brauchen sie gute Ratschläge von Experten. Wir versuchen dies so gut wie möglich zu tun.*
> *F: Bei uns in der allopathischen Medizin gibt es viele Geisteskrankheiten, die als nicht heilbar gelten. Wie ist das in der tibetischen Medizin?*
> *Schizophrenie ist zum Beispiel eine Krankheit, die sehr schwer zu heilen ist, da dies eine Krankheit ist, die man nicht einfach nur mit Ratschlägen heilen kann. Bei diesen Patienten muss man auch viele Medikamente geben. Man kann sie nicht behandeln und dann gleich auf Wiedersehen sagen. Sie brauchen eine sehr langfristige und kontinuierliche Behandlung. F: Dann machen Sie auch Rituale für diese Patienten?*
> *Ja, Rituale sind sehr wichtig, und ganz besonders bei Geisteskrankheiten. Man rät ihnen oft, zu einem Lama zu gehen, der ganz spezielle Rituale macht. Das dient dazu, die ganze Energie um den Patienten zu harmonisieren.“*[207]

Bei genauerem Studium dieser Geisteskrankheiten stellt man fest, dass die einzelnen Symptome sehr ähnlich zu entsprechenden Krankheitsbildern aus unserer allopathischen Medizin sind, jedoch sind der Ansatz, sowie auch die Behandlungsmöglichkeiten, völlig unterschiedlich.

[206] Vgl. Clifford (2001), S. 173-195.
[207] S. Interview Nr. 23.

3.6. Das Heilen von Krankheiten

3.6.1 Therapiemethoden in der tibetischen Medizin

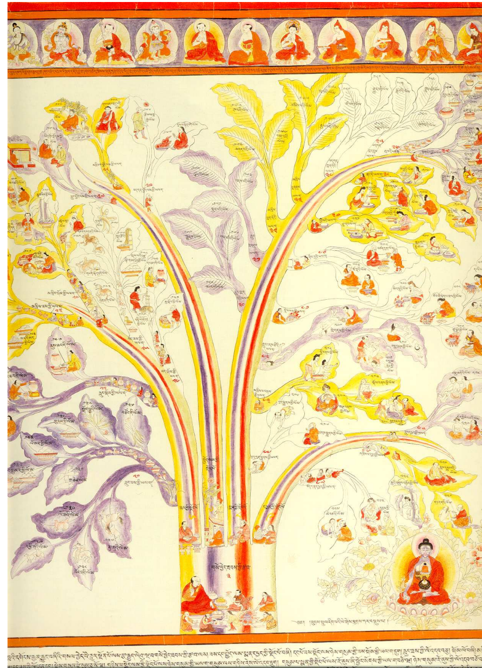


Abbildung 9: Die dritte Wurzel: Behandlung[208]

„Dann sprach der Weise Rig-pä Je-sche diese Worte: O Großer Weiser, höre! Die Mittel zur Heilung von Krankheiten werden in vierfacher Weise eingeteilt: Ernährung, Verhaltensweisen, Arzneien und zusätzliche Therapien.“ (Gyüshi)[209]

Nachdem die diagnostischen Methoden, sowie die Krankheiten dargestellt wurden, wird im folgendem Kapitel ein Überblick über die Heilmethoden der tibetischen Medizin gegeben und anschließend gezeigt, was davon im tibetischen Kulturraum praktiziert wird.

Grundsätzlich unterteilt man die Heilmethoden in Methoden, die der Patient vom Arzt bekommt und in Methoden, die er selbst anzuwenden hat. Dabei fallen die Medikamente, sowie die unten erläuterten externen Therapiemethoden unter die Mittel, die der Patient direkt vom Arzt erhält. Dagegen sind Ratschläge über Ernährung und Verhalten Methoden, die der Patient zwar vom Arzt erhält, aber selbst umsetzen muss.[210] Ebenfalls dazu gehört nach Meinung der tibetischen Ärzte sich den buddhistischen Belehrungen zuzuwenden, denn darin wird gezeigt, wie der Patient sein Leben ändern kann. Da für sie die Hauptursache aller Leiden die Unwissenheit ist, aus der die Geistesgifte Begierde, Hass und Verblendung entstehen, ist es nur dann möglich frei von Leid, beziehungsweise von Krankheiten zu werden, wenn man diese beseitigt. Der Weg dorthin ist nach buddhistischer Auffassung der *Dharma*,

[208] Bild aus Parfionovitch (1992), S. 24.
[209] S. Clark (1997), S. 46.
[210] Vgl. Curic (1998), S. 173.

der sämtliche Methoden dazu lehrt.[211] Kann man sich dabei noch auf einen *Lama* stützen, der einen direkt begleitet, ist das der schnellste Weg, frei von Leid zu werden.[212] Im folgenden werden die einzelnen Methoden wiederum nach dem Schema eines Baumes, wie im *Gyüshi* verwendet, untergliedert und erläutert:[213]

Wurzel 3: Behandlung

Stamm 1: Ernährung

Die Nahrungsmittel werden in der tibetischen Medizin nach den sechs Geschmacksrichtungen süß, sauer, salzig, bitter, scharf und herb unterteilt. Dabei sind diese wiederum aus den fünf Elementen zusammengesetzt. Jede Geschmacksrichtung entsteht aus einer Mischung der Elemente. So ergeben Erde und Wasser den Geschmack süß, Feuer und Erde sauer, Wasser und Feuer salzig, Wasser und Luft bitter, Feuer und Luft scharf und Erde und Luft herb.[214] Diese unterschiedlichen Geschmacksrichtungen wiederum verstärken oder schwächen die Körperenergien Wind, Galle und Schleim. Bei süßen Nahrungsmitteln werden beispielsweise Störungen durch Wind und Galle gelindert. Jedoch kann es bei zu viel Süßem zu Schleim-Störungen kommen. Alles Süße senkt die Verdauungshitze und wirkt damit eher kühlend.[215] Die Nahrungsmittel selbst werden unterteilt in Getränke und Speisen. Zu letzterem zählen Getreide, Fleisch, Öle, (grünes) Gemüse und Gewürze.[216]

Auf dieser Basis werden für die einzelnen Körperenergien Nahrungsmittel genannt, die bei einer Störung helfen und auch solche, die zu vermeiden sind. Bei einer Wind-Störung wird beispielsweise Fleisch vom Pferd, Esel und Murmeltier, Öl aus Samenkörnern, ein Jahr alte Butter und roher Zucker empfohlen.[217] Es ist hierbei zu bedenken, dass diese Nahrungsmittel sich an den Verhältnissen in Tibet orientieren und erst an europäische Verhältnisse angepasst werden müssten.

Stamm 2: Verhalten

Auch das Verhalten im täglichen Leben spielt in der Medizin bei der Heilung von Krankheiten eine wichtige Rolle. Es wird in ein kontinuierliches, ein saisonales und ein gelegentliches Verhalten unterteilt.

Unter dem kontinuierlichen Verhalten versteht man Ratschläge, die zu jeder Zeit sinnvoll sind. Das sind Verhaltensweisen wie *Mantras* sprechen oder kostbare Steine an unterschiedlichen Stellen des Körpers tragen, die das Leben verlängern. Man sollte vermeiden, zu lange in der Sonne zu bleiben oder im Winter leichte Kleidung zu tragen. Auch negative Handlun-

[211] Vgl. Curic (1998), S. 175.
[212] Vgl. Nydahl (2004), S. 34-35.
[213] Wurzel 1 ist das Kapitel: der menschliche Körper, Wurzel 2: die Diagnose, vgl. Curic (1998), S. 72-77.
[214] Vgl. Qusar (1997), S. 95-96.
[215] Vgl. Qusar (1997), S. 106.
[216] Vgl. Donden (1986), S. 154.
[217] Vgl. Clark (1997), S. 46.

gen wie töten, stehlen oder lügen sollte generell vermieden werden.[218] Dr. Jampa erklärt dazu:

> *„Das[der Lebensstil] ist so wichtig, weil die Leute dies so wenig berücksichtigen. Ich versuche die meisten meiner Patienten wirklich zu unterrichten. Ich sage ihnen, dass sehr viel vom Patienten selbst abhängt und nicht nur vom Arzt. Wenn die Patienten auf ihre Ernährung und ihr Verhalten achten würden, dann könnten sie wirklich gesund bleiben! Viele Leute wissen nicht, dass sie sich selbst gesund halten können. Das ist es, was ich versuche zu lehren. Lebensstiländerung, wie man positiv denken kann und wie man sich selbst beruhigen kann. Ich sah viele sehr aggressive Leute. Das macht sie so oft zu schlechten Personen. Dann sind sie oft sehr einsam. Auch gibt es so viele Familienprobleme. Wenn sie dann zu uns kommen, dann geht es ihnen oft schon besser, wenn man ihnen zuhört. Das ist es, was ich ihnen immer sage. Wenn man positiv denkt, dann braucht man das alles gar nicht. Man ist viel offener und braucht nicht immer jemanden zum Reden. Wenn man verschlossen ist, denkt man, dass alles zu viel wird und möchte mit jemandem reden...“*[219]

Das saisonale Verhalten hingegen bezieht sich auf bestimmte Verhaltensweisen, die der Jahreszeit angepasst sind. So sollte man im Winter, um genug Wärme und Energie zu bekommen, viel essen, vor allem von den Geschmacksrichtungen sauer, salzig und süß. Auch ist es gut, sich mit Sesamöl nach einem Bad einzureiben.[220]
Mit dem gelegentlichem Verhalten sind die 13 Arten der körperlichen Bedürfnisse gemeint, die man nicht unterdrücken sollte, da dies sonst ebenfalls Krankheiten verursachen kann. Die 13 Bedürfnisse sind Hunger, Durst, Erbrechen, Gähnen, Schneuzen, Atmen, Schlafen, Schleim abhusten, übermäßigen Speichel ausspucken, Defäkation, Flatulieren, Urinieren und Ejakulieren. Beispielsweise kann ein Unterdrücken von Erbrechen zu Appetitverlust, Atembeschwerden, Anschwellen des Gesichts und der Hände oder zu Juckreiz führen.[221]
Im *Gyüshi* werden außerdem wie bei der Ernährung für jede Störung einer Körperenergie Verhaltensratschläge gegeben. Beispielsweise sollten sich Wind-Patienten an einem warmen Ort und in angenehmer Gesellschaft aufhalten.[222]

Stamm 3: Medikamente

Wie schon bei der Ernährung erläutert, werden auch die Medikamente in die unterschiedlichen Geschmacksrichtungen und Elemente aufgeteilt und dementsprechend gegen bestimmte Störungen einer Körperenergie verwendet.[223] So sollten Arzneien gegen Wind-Krankheiten süß, sauer und salzig sein.[224]

---

[218] Vgl. Donden (1986), S. 137-138. Die zehn negativen Handlungen im Buddhismus sind Töten, Stehlen, sexuelles Leid bringen, Lügen, Verleumdung, sinnlose Rede, grobe verletzende Rede, Habgier, Böswilligkeit und falsche Anschauungen verbreiten. Vgl. Nydahl (2004), S. 109-113.
[219] S. Interview Nr. 11.
[220] Vgl. Donden (1986), S. 145.
[221] Vgl. Donden (1986), S. 148-149.
[222] Vgl. Clark (1997), S. 47.
[223] Vgl. Men-Tsee-Khang (1995), S. 31-34.
[224] Vgl. Clark (1997), S. 47.

Es werden besänftigende und ableitende Heilmitteln unterschieden. Dabei soll die besänftigende Medizin das Gleichgewicht der Körperenergien wiederherstellen.[225] Sie wird als Sud, Pulver, Pillen, Pasten, Butter, Asche, konzentrierter Sud, Wein, Medizin aus Edelsteinen oder Kräuterverbindungen verabreicht.[226] Bei den ableitenden Heilmitteln soll der überschüssige Körpersaft aus dem Körper abgeleitet werden. Dazu dienen Abführmittel, Brechmittel und Einläufe.[227]

Stamm 4: Zusätzliche Heilmethoden

Diese Methoden sind äußerlich angewendete Therapien, die zumeist erst dann benutzt werden, wenn die obigen Maßnahmen alleine nicht zu einer Heilung geführt haben.[228] Wie diese externen Methoden genau funktionieren beschreibt Dr. Dekhang:

> *„...Wenn wir über diese externen Therapiemethoden wie Goldener Hammer, Goldene Nadel, Silberne Nadel usw. reden, müssen wir wissen, dass wir in der tibetischen Medizin glauben, dass verschiedene Punkte am Körper mit bestimmten Organen in Verbindung stehen. Verschiedene innere Organe, verschiedene Vitalorgane, verschiedene Hohlorgane und verschiedene Sinnesorgane haben unterschiedliche Funktionen im Körper. Wir denken, wenn wir diese äußeren Punkte am Körper behandeln, kann auch das korrespondierhände innere Organ positiv beeinflusst werden. Obwohl es vielleicht ab und zu primitiv aussehen mag, hat man eine sehr lange Erfahrung mit diesen Methoden. Man muss zur richtigen Zeit das richtige Instrument für den richtigen Punkt benutzen. Das Ergebnis ist natürlich auch vom Können des Arztes abhängig...“*[229]

Diese Heilmethoden werden in sanfte und drastische Therapien untergliedert:[230] Zu den sanften Therapien gehören:

1. Massage

Hierbei werden bestimmte Energiepunkte massiert, die mit einzelnen Organen in Verbindung stehen. Sie wird im Gegensatz zu den meisten anderen Medizinsystemen vor allem am Kopf und den Extremitäten angewendet wird. Dies ist auf die extreme Kälte in Tibet zurückzuführen. Diese Methode wird vor allem bei Wind-Störungen verwendet.[231]

2. Umschläge und Einreibungen

Sie werden zum Beispiel aus Heublumen- oder Kamilleblütenabsud hergestellt und vor allem bei Schleim-Störungen verwendet.[232]

---

[225] Vgl. Asshauer (1993), S. 160.
[226] Vgl. Men-Tsee-Khang (1995), S. 38.
[227] Vgl. Asshauer (1993), S. 161. Genauere Erklärungen zu der Wirkung und Herstellung der Medikamente werden im Kapitel 3.7„tibetische Pharmakologie“ erklärt.
[228] Vgl. Interview Nr. 1.
[229] S. Interview Nr. 19.
[230] Vgl. Men-Tsee-Khang (1995), S. 41.
[231] Vgl. Schweppe (1998), S. 146-150.
[232] Vgl. Schweppe (1998), S. 152.

3. Thermal- und Dampfbäder

Ähnlich der Kneipp Kur werden in der tibetischen Heilkunde kalte Bäder zur Prävention angewendet. In Tibet befinden sich viele mineralstoffreiche Quellen, denen große Heilwirkung zugeschrieben wird. Somit ist die Anwendung ähnlich wie bei uns bei rheumatischen Beschwerden oder kalten Krankheiten.[233]

Die sanften Therapien werden von den tibetischen Ärzten kaum noch durchgeführt, sind aber ein fester Bestandteil der tibetischen Volksmedizin, das heißt, sie werden in den Familien weitergegeben und angewendet.[234] Die drastischen Therapien sind:

1. Aderlass

Hierbei wird nicht wie bei uns üblich eine größere Menge Blut entnommen, sondern lediglich ein paar Tropfen. Dafür gibt es insgesamt 77 Körperstellen, von denen jede ihre eigene Indikation hat. Zum Beispiel wird in die Nasenspitze gestochen, um bestimmte Augenkrankheiten zu heilen. Diese Methode wird vor allem bei Galle-Krankheiten und Fieber angewendet.[235]

2. Schröpfen

Hierzu werden kleine Metallbecher verwendet. Dabei wird etwas Beifußkraut angezündet und anschließend auf die feuchte Haut des Patienten gesetzt. Dadurch wird ein Unterdruck im Becher erzeugt, der auf der Haut einen anregenden Zug ausübt. Diese Methode wird hauptsächlich gegen Rückenschmerzen verwendet.[236]

3. Moxibustion (Moxa)

Hierbei wird etwas Beifuß direkt auf der Haut des Patienten verbrannt.[237] Sowohl beim Moxa als auch bei der nachfolgenden Goldenen Nadel Behandlung werden die gleichen Punkte am Körper verwendet, die in Verbindung zu bestimmten Organen stehen. Dabei wird die Moxibustion bei kalten Krankheiten und Wind-Störungen angewendet. Die Goldene Nadel dagegen wird bei heißen Krankheiten und Galle-Störungen benutzt.[238]

4. Goldene Nadel

Hier wird eine dicke Goldene Nadel ca. ein Zentimeter tief in die Haut gestochen. Diese Behandlung wird auch gerne bei Psychosen oder Epilepsien verwendet.[239]

[233] Vgl. Schweppe (1998), S. 152.
[234] Vgl. Schweppe (1998), S. 146.
[235] Vgl. Schweppe (1998), S. 144.
[236] Vgl. Schweppe (1998), S. 145.
[237] Vgl. Schweppe (1998), S. 143.
[238] Vgl. Khangkar (1986), S. 189-190.
[239] Vgl. Schweppe (1998), S. 143.

5. Brennen (goldener Hammer)

Ein mit Gold verkleidetes Brenneisen wird über einem Feuer erhitzt und anschließend an bestimmte Punkte angesetzt. Diese Methode wird zum Beispiel bei Lähmungen eingesetzt.[240]

6. Chirurgische Methoden

Auch in der tibetischen Medizin wurden Operationen durchgeführt. Erwähnt werden zum Beispiel die Wundchirurgie und Amputationen bei Notfällen.[241] Es wird auch von einer Methode berichtet, bei der mit einer Art Löffel zum Beispiel der Brustkrebs entfernt wird.[242] Diese Methoden wurden aber ab dem neunten Jahrhundert verboten, nachdem eine Herzoperation an der Mutter eines Königs fehlgeschlagen war.[243]

Da die Methoden aus der europäischen Medizin den tibetischen Methoden, die ohne Betäubung arbeiten, weit überlegen sind, werden sie heute so gut wie nicht mehr angewendet. Dr. Dekhang sagt dazu:

> *„Momentan verwenden wir nicht viele der Methoden der Chirurgie, die uns zur Verfügung stehen würden, wie zum Beispiel .... (unverständlich) oder Katarakt Operationen. Ich habe niemals jemanden gesehen, der diese chirurgischen Instrumente benutzt hat. In der Zeit, in der die allopathische Medizin noch gar nicht existiert hat, haben die Tibeter schon chirurgisch gearbeitet. Vielleicht hat die allopathische Medizin in der Vergangenheit sogar von dieser Medizin gelernt. Man weiß es nicht, aber es wäre möglich. In der gleichen Weise hat auch die tibetische Medizin von anderen Systemen sehr viel gelernt, wie zum Beispiel von der chinesischen oder der indischen Medizin...“*[244]

Dies war ein kurzer Überblick über die Heilmethoden der tibetischen Medizin. Was die Reihenfolge ihrer Anwendung betrifft, so geht man immer von der sanfteren zu der stärkeren Methode über. Das bedeutet, man verwendet anfangs lediglich Ratschläge zu Ernährung und Verhalten. Wenn dies alleine nicht hilft verschreibt der Arzt Medizin, wobei man wiederum zuerst sanftere und dann stärkere Medizin verabreicht. Erst wenn auch das nicht zur Heilung führt, wendet man die externen Therapiemethoden an.[245]

3.6.2 Therapiemethoden der tibetischen Medizin in Indien und Nepal[246]

Zur Auswertung der angewendeten Therapiemethoden habe ich diese in Ratschläge (zu Ernährung und Verhalten), Medikamente, rituelle Behandlungen und externe Therapien unter-

[240] Vgl. Curic (1998), S. 189.
[241] Vgl. Schweppe (1998), S. 141-142.
[242] Vgl. Khangkar (1986), S. 189.
[243] Vgl. Clifford (1989), S. 166.
[244] S. Interview Nr. 19.
[245] Vgl. Men-Tsee-Khang (1995), S. 29 und Interview Nr. 1.
[246] Vgl. Anhang Nr.3 und 6.

gliedert. Folgende Graphik zeigt, wie viel Prozent der von mir protokollierten Patienten welche Art der Therapien erhalten haben:

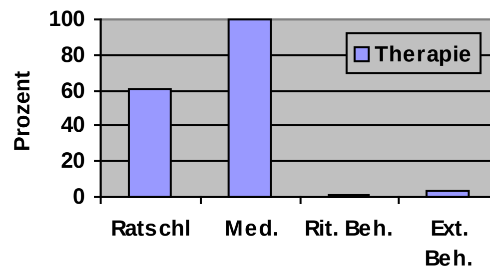


Abbildung 10: Angewendete Therapiemethoden in Prozent (Ratschl. = Ratschläge, Med. = Medikamente, Rit. Beh. = rituelle Behandlung, ext. Beh. = externe Behandlung).[247]

Es lässt sich deutlich erkennen, dass das Verschreiben von Medikamenten mit 100% und die Ratschläge mit 61% die am häufigsten angewendeten Therapiemethoden darstellen. Dagegen habe ich die rituelle Behandlung nur viermal beobachtet. Es handelt sich dabei um das Rezitieren von Gebeten oder *Medizinbuddhamantras*. Die externen Methoden werden mit 3,2% auch sehr selten benutzt. Davon konnte ich folgende Methoden während meiner Studie beobachten:

1. Massagen (zweimal)
2. Eine Juwelenpille, die um den Hals gehängt wurde (einmal)
3. Der Goldene Hammer (einmal)
4. Brennen mit einem Holzstab: Eine sanftere Variante des Goldenen Hammers: Der Holzstab wird entweder durch Reibung auf einem Brett oder durch Feuer erhitzt und ebenfalls auf bestimmte Punkte des Körpers gesetzt (sechsmal)
5. Schröpfen mit einer Vakuumröhre: Die Röhre wird auf bestimmte Punkte des Körpers gesetzt und dabei ein Vakuumdruck erzeugt. Diese Methode ersetzt die traditionell verwendete Metallschale (7 mal)

Dr. Thokmay Paljor erklärt warum die externen Methoden nur so selten angewendet werden:

> *„Im Moment haben wir nicht alle Möglichkeiten. Manchmal fühle ich mich deshalb unvollständig. In der tibetischen Medizin gibt es auch Mittel wie Nasentropfen, heiße Bäder, Brechmittel usw. Aber wir haben hier nicht die Räumlichkeiten dazu. Deshalb ist sie eigentlich im Moment unvollständig. Meistens verschreiben wir nur Pillen. Wenn diese nicht helfen, haben wir keine andere Wahl als die anderen Möglichkeiten zu nutzen. Ich finde, wir sollten diese anderen Möglichkeiten verbessern. Wir haben jetzt schon seit 40 Jahren das Men-Tsee-Khang hier und immer noch nicht die Räumlichkeiten dazu. Als Flüchtlinge haben wir natürlich viele Probleme. Medizinische Pläne zu realisieren ist sehr schwierig. Ehrlich gesagt, ich will diese Räumlichkeiten! Dann können wir einen viel besseren Gesundheitsservice anbieten. Wir verwenden auch den Goldenen Hammer, die Goldene Nadel und*

[247] S. Graphik 7 im Anhang S. 93.

Moxibustion. Aderlass machen wir nicht so oft. In Ladakh haben wir das gemacht. Im Westen verwenden wir es nicht, da man es nicht bei Lung-Störungen anwenden sollte. Man verwendet es eher bei Blut-Störungen. In Ladakh und auch Tibet gibt es viel Tripa und Blutleiden und wenig Lung-Krankheiten. Da ist Aderlass oft gut."[248]

Diese Aussage zeigt deutlich, dass sich auch die Therapiemethoden in Indien und Nepal verändert haben. Dies liegt zum einen daran, dass den tibetischen Ärzten nicht genug finanzielle Mittel zur Verfügung stehen. Andererseits werden in dieser neuen Umgebung auch andere Therapiemethoden benötigt, als es in Tibet der Fall war.
Gemäß den Interviews sind Medikamente und das Erteilen von Ratschlägen die am häufigsten angewendeten Therapiemethoden. Jedoch werden auch die anderen Methoden, vor allem die Moxibustion, von vielen Ärzten erwähnt. Es ist somit festzuhalten, dass diese externen Therapiemethoden zwar noch angewendet werden, aber aufgrund der fehlenden Möglichkeiten geschieht dies nicht besonders häufig.
Unterschiede in der Anwendung der Therapiemethoden ergeben sich bei neuen und bekannten Patienten. Hier zeigt sich deutlich, dass bei 83% der Patienten, die zum ersten Mal kommen, Ratschläge zu Ernährung und Verhalten gegeben werden. Bei den bekannten Patienten geschieht dies nur bei 54%. Außerdem lässt sich aus der Statistik erkennen, dass die externen Therapiemethoden vor allem bei den Tibetern angewendet werden. Dies könnte daran liegen, dass sie den Indern und Nepali zu radikal sind.[249]

3.6.3 Kontrolle des Heilerfolgs

Nach Darstellung der einzelnen Therapieverfahren ergibt sich die Überlegung, wie es den tibetischen Ärzten möglich ist, festzustellen, inwieweit ihre Therapie zur Heilung führt. Deshalb habe ich in den Interviews folgende Frage gestellt:

Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?

Im *Gyüshi* heißt es dazu:

„Wenn, auf jedwede Art von Erkrankung hin, eine Behandlung angewendet wird und als Reaktion viel Sputum oder Mucus zusammen mit einer Schwere des Körpers, Appetitlosigkeit bis hin zur Anorexie, eine Verdauungsstörung, ein Austrocknen des Flusses oder körperlicher Bestandteile oder der Ausscheidungen oder eine Fäulnis, bzw. Zersetzung der Ausscheidungen, eine unregelmäßige Ausscheidung von Stuhl oder Urin, allgemeine Schwäche und Sprachschwierigkeiten bzw. eine Schwäche zu reden auftreten, so sind dies Anzeichen dafür, dass die Krankheit entweder gar nicht kuriert wurde oder dass sie noch nicht genügend gesammelt ist, um durch Behandlung beseitigt werden zu können. Immer wenn eine Krankheit beruhigt wurde, treten die umge-

[248] S. Interview Nr. 20.
[249] Vgl. Interview Nr. 25.

kehrten Anzeichen der gerade eben genannten auf. Bis die Krankheit beruhigt ist, sollte man mit der Behandlung unermüdlich und entschieden fortfahren. Sobald die Krankheit beruhigt ist, sollten keine unnötigen Behandlungen mehr verabreicht werden.“[250]

Anfänglich verschreiben die meisten tibetischen Ärzte ihre Medizin nur für einen kurzen Zeitraum. Anschließend muss der Patient zur Kontrolle wiederkommen. Dort wird durch Pulsdiagnostik, Urindiagnostik und Befragung des Patienten überprüft, inwieweit sich die Krankheit verbessert hat. Dementsprechend wird die Medikation eventuell verändert oder fortgeführt. Dabei hängt der Zeitraum von der Schwere der Krankheit ab. Manchmal muss der Patient schon nach drei Tagen wiederkommen, manchmal auch erst nach 10 Tagen.[251] Dr. Nyima Samphel Gurung beschreibt dieses Vorgehen:

„Ich gebe Ratschläge wie man sich verhalten sollte, was man essen sollte und gebe Medizin. Dann untersuche ich die Patienten nach ein paar Tagen und gebe dann wieder etwas. Erst gebe ich nur etwas für 10 Tage. Wenn es funktioniert, gebe ich es weiter. Ansonsten muss man die Medikation ändern. Erst gebe ich nur ganz wenig, damit sie schnell wiederkommen und man mehr über die Krankheit herausfinden kann.“[252]

Und Dr. Ngawang Dhakpa erklärt dazu:

„Erst mache ich Pulsdiagnostik und befrage den Patienten. Dann gebe ich Medizin für zwei Wochen. Danach kommen die Patienten wieder, und ich frage, wie es ihnen jetzt geht. Ich mache ein weiteres Mal Pulsdiagnostik. Der Puls wird sich verändert haben. Manche Patienten fragen, wie lange sie die Medizin nehmen sollen. Einen Monat, zwei Monate? Ich sage ihnen dann, dass die tibetische Medizin nicht wie ein Kurs ist, der über ein oder zwei Monate geht. Es handelt sich um eine natürliche Medizin ohne chemische Stoffe. Man kann die Medizin nehmen und wenn man denkt, okay, jetzt geht es mir besser, ich brauche sie nicht mehr, dann kommt man wieder hierher und ich überprüfe die Wirkung der Medizin. Anschließend kann man die Medizin absetzen. Aber man sollte die Ratschläge für ein paar Monate beachten. Dann ist der Patient gesund.“[253]

Hauptsächlich wird der Heilerfolg somit am Puls kontrolliert. Interessanterweise verwenden manche tibetischen Ärzte allerdings auch Methoden aus der allopathischen Medizin, um den Erfolg ihrer Heilmethoden zu überprüfen. Dabei werden zum Beispiel Blutbild, Röntgen oder CT zur Hilfe genommen.[254]

---

[250] S. Clark (1997), S. 283.
[251] Vgl. Interview Nr. 7,14,16,21.
[252] S. Interview Nr. 3.
[253] S. Interview Nr. 9.
[254] Vgl. Interview Nr. 23.

3.6.4 Prävention von Krankheiten

„Es gibt [zur Prävention] vier wichtige Ratschläge. Das erste ist Dus[255], das sind saisonale Faktoren. Das heißt, man muss sein Essen den Jahreszeiten anpassen. Man kann nicht das ganze Jahr lang das gleiche Essen zu sich nehmen. Auch die Kleidung gehört dazu. Im Winter tragen wir warme Kleidung und im Sommer dünne. Das wird alles in den Medizintexten erwähnt. gDan[256] bedeutet geistig. Über den Geist habe ich schon vorher geredet. Es ist auch sehr wichtig, positiv zu denken und sehr tolerant zu sein. Wenn man seine Gefühle nicht kontrollieren kann und sehr intolerant ist, hat man viele Probleme. Zas[257] bedeutet Diät. Es ist von der Konstitution abhängig, was für einen Menschen gut ist und was nicht. Auch wenn man eine Krankheit hat, ist die Diät sehr wichtig. Zhan Po[258] ist der Lebensstil, der auch sehr bedeutend ist."[259]

Diese Erklärung von Dr. Dorjee zur Prävention ist sehr ähnlich zu den allgemeinen Verhaltensratschlägen, wie sie zuvor besprochen wurden. So werden bei der Prävention von Krankheiten als erstes allgemein gültige Ratschläge zum Verhalten gegeben. Dazu gehört eine positive geistige Einstellung zu wahren und ein „normales" Leben ohne Exzesse zu führen.[260] Dr. Jampa erklärt dazu:

„Ja, zuerst sage ich den Leuten, dass sie sehr positiv sein sollen. Manchmal entstehen Krankheiten durch den Geist. Kleine Krankheiten werden immer größer. Der Geist ist sehr wichtig. Man braucht eine andere Herangehensweise. Wenn man das hat, hilft das dem Körper auch. Heutzutage im technologischen Zeitalter werden die Leute so egoistisch, sind so materiell und differenzieren zu stark zwischen Körper und Geist. Sie haben sehr viele Probleme mit sich. Das Materielle ist wichtig, aber manchmal ist auch das spirituelle sehr wichtig. Wir müssen nicht ins Kloster gehen und beten. Es ist wichtig, einen positiven Geist zu haben..."[261]

Zweitens werden Ratschläge entsprechend der Saison gegeben, wie Dr. Deyang betont:

„Das wichtigste sind Ernährung und Verhalten. Diese sollten an das Wetter und an die Jahreszeit angepasst sein. Im Winter muss man eher etwas Warmes essen und im Sommer eher etwas Leichtes... „[262]

Der dritte Punkt, den Dr. Dorjee anspricht, enthält die Prävention bezüglich der Ernährung. Hier ist es wichtig, dass man die Nahrungsmittel entsprechend seines Konstitutionstyps[263] bevorzugt zu sich nimmt, um Krankheiten vorzubeugen.[264] Außerdem verschreiben einige

[255] Tibetisch: gesprochen Zü: die Jahreszeiten Frühjahr, Sommer, Herbst und Winter.
[256] Tibetisch: Störenergien.
[257] Tibetisch: Ernährung.
[258] Tibetisch: gesprochen Zähn: schwacher Körper oder schwierige gesundheitliche Bedingung.
[259] S. Interview Nr. 14.
[260] Vgl. Interview Nr. 25. Das sind Zhan Po und . gDan.
[261] S. Interview Nr. 11.
[262] S. Interview Nr. 1. Das ist Dus.
[263] Es gibt insgesamt sieben Konstitutionstypen: Entweder man ist ein Wind-, Galle-, oder Schleimtyp oder eine Mischung aus diesen, dass heißt ein Wind-Galle Typ, ein Wind-Schleim Typ, ein Galle-Schleim Typ oder ein Wind-Galle-Schleim Typ. Davon abhängig werden spezielle Ratschläge zu Ernährung und Verhalten gegeben.
[264] Vgl. Interview Nr. 5. Das ist Zas.

Ärzte spezielle Medikamente, die zur Vorbeugung von Krankheiten dienen.[265] Die wichtigsten Maßnahmen zur Prävention sind Ratschläge zu Ernährung und Verhalten. Dies wurde von fast allen der befragten Ärzte angegeben. Zusammenfassend erklärt Dr. Yeshi Dorjee:

> *„In der tibetischen Medizin arbeiten wir mit den drei Körperenergien. Diese müssen immer im Gleichgewicht sein. Wenn sie im Gleichgewicht sind, ist man körperlich und geistig gesund. Wenn sie im Ungleichgewicht sind, ist man geistig und körperlich gestört. Um dem vorzubeugen muss man die Ursachen der drei Säfte kennen. In diesem Jahrhundert oder in dieser modernen Welt ist es sehr schwierig im Gleichgewicht zu bleiben. Da gibt es sehr viele verschiedene Faktoren, wie zum Beispiel Hass, Konkurrenzkampf, Eifersucht. Das zu ändern bedeutet eine Umstellung nicht nur für einen Tag oder einen Monat, sondern für das ganze Leben. Auch der Stress ist ein wesentlicher Faktor. Wenn man isst, trinkt oder schläft, liest, liegt oder sich bewegt, muss man entspannen, damit man nicht noch mehr Stress entwickelt. Ich gebe dann auch Ratschläge zur Ernährung und erkläre, ob er zum Beispiel etwas Öliges, Saures oder Salziges essen soll. Man darf von allem nicht exzessiv viel zu sich nehmen, weder vom Süßen, noch vom Öligen. Wenn man zum Beispiel zu viel Alkohol trinkt oder zu viel Öliges isst, wird man bald ein Herzpatient, bekommt Bluthochdruck oder zu viel Cholesterin. Was immer man auch isst, was immer man auch macht, sogar was immer man auch denkt, um so mehr Stress hat man! Alles muss im Gleichgewicht oder in Maßen sein. Wenn man zu viel Stress durch den Job oder durch die Familie hat, muss man die wahre Ursache finden. Man muss eine Lösung finden und seinen Geist kontrollieren...*
>
> *In der tibetischen Medizin gibt es 404 verschiedene Arten von Krankheiten. Diese werden in den drei Säften zusammengefasst. Deshalb denke ich, wenn man die Faktoren oder Ursachen dieser Säfte kennt, kann man jeder Krankheit vorbeugen. Die Hauptursache aller Krankheiten ist die Unwissenheit. Daraus entsteht Hass, Anhaftung und Dummheit. Aus Anhaftung entstehen Lung-Krankheiten. Aus Hass entstehen Tripa-Krankheiten und aus Dummheit Begen-Krankheiten. Das bedeutet, dass letztendlich alle Krankheiten aus dem Geist entstehen. Denn der Geist produziert all die negativen Dinge und auch viele positive Dinge. Deshalb sollte der Geist immer in einem ausgeglichenen Zustand sein.“*[266]

3.7 Tibetische Pharmakologie

3.7.1 Die tibetische Materia Medica

Die Pharmakologie ist, anders als bei uns, im Studium der tibetischen Medizin ein fester Bestandteil. Die Studenten verbringen ein Jahr damit, Pflanzen zu sammeln, um ihre Wirkung zu erlernen.[267] Es ist wichtig, dass der tibetische Arzt ein fundiertes Wissen über die Wirksamkeit der einzelnen Pflanzen besitzt, da er vor allem in früherer Zeit seine Medizin selbst gesammelt und hergestellt hat.

---

[265] Vgl. Interview Nr. 1, 3.
[266] S. Interview Nr. 18.
[267] Vgl. Asshauer (1993), S. 125.

Die Wirkung der Pflanzen auf die Körperenergien und damit auch auf den Körper hängt von verschiedenen Faktoren ab. Es handelt sich einerseits um die Natur der Pflanze, das heißt, ob sie wärmenden, kühlenden oder neutralen Charakter besitzt, und andererseits um die Geschmacksrichtung. Der Zusammenhang mit den Elementen wurde bereits oben erläutert.[268] Außerdem gibt es weitere acht Qualitäten, die die Wirksamkeit beeinflussen. Das bedeutet, die Pflanzen können schwer, ölig, kühl, stumpf, leicht, rau, heiß oder scharf sein. Weitere 17 sekundäre Qualitäten, wie weich, flexibel oder trocken müssen ebenfalls berücksichtigt werden.

Damit eine Pflanze ihre volle Wirksamkeit entfalten kann, sind bestimmte äußere Bedingungen von großer Bedeutung. So sollte sie zum Beispiel am richtigen Platz wachsen. Dies bedeutet, dass kühlende Pflanzen einen kühlen Ort, wie beispielsweise im Schatten oder im Schneegebirge für die volle Entfaltung ihrer Heilkräfte benötigen. Dagegen sollten sich wärmende Pflanzen in der Sonne befinden. Ebenso müssen die einzelnen Pflanzen zur richtigen Jahreszeit gepflückt und schädliche Pflanzenteile entfernt werden. Auch der Trockenprozess muss der Wirkung der Pflanze angepasst sein. Nur so ist es möglich, dass die Pflanze ihre volle Heilwirkung entfalten kann. Es ist auch von Bedeutung, die getrockneten Pflanzen nicht länger als ein Jahr aufzubewahren, da sie sonst ihre Wirksamkeit verlieren.[269]

Neben pflanzlichen Bestandteilen werden noch weitere Stoffe als Heilmittel verwendet. Dabei handelt es sich um Edelsteine und Metalle, Salze und tierische Produkte.[270] Allerdings nimmt die Verwendung von Tierprodukten immer mehr ab und wird durch pflanzliche Stoffe ersetzt.[271] Pflanzliche Heilsubstanzen sind beispielsweise Früchte, Nüsse, Blüten und Blätter der Bäume, sowie Heilpflanzen, Kräuter und Gräser, Wurzeln, Blätter und Hülsenfrüchte.[272]

Was die Herstellung der Medizin betrifft, so werden die gesammelten Pflanzen nach dem Trocknen zumeist zu Pulver oder Pillen weiterverarbeitet. Dabei enthält eine Pille zwischen 5 und 35, manchmal sogar über 80 verschiedene Substanzen. Die Rezepte hat der Arzt zumeist direkt von seinem Lehrer übernommen.[273] Die Philosophie dieser Multikomponent-Substrate ist folgende: Eine Pflanze besitzt immer eine erwünschte und eine unerwünschte Wirkung. Zum Beispiel kann eine Frucht, die Leberschäden heilt, einen negativen Effekt auf Herz und Lunge bewirken. Um diesen Effekt auszuschließen, müssen verschiedene Substanzen so miteinander kombiniert werden, dass sie den erwünschten Effekt verstärken und die Nebenwirkungen ausschalten. So sollen bei jeder Pille ca. 80 Prozent der Bestandteile die erwünschte Wirkung erzielen und 20 Prozent negative Effekte entfernen.[274]

---

[268] Vgl. Kapitel 3.6.
[269] Vgl. Kletter (2001), S. 10-13.
[270] Vgl. Clifford (1989), S. 159.
[271] Vgl. Rinpoche (1988), S. 26.
[272] Vgl. Clifford (1989), S. 159.
[273] Vgl. Asshauer (1993), S. 125.
[274] Vgl. Reichle (1997), S. 33.

Außerdem ist es bei der Herstellung wichtig Rituale auszuführen. Hierbei handelt es sich vor allem um Meditationen und dem Rezitieren von *Mantras* auf den *Medizinbuddha*.[275] Da ihm heilende Wirkung zugeschrieben wird, kann man die Medizin damit noch weiter verbessern.[276] Da dies für einen Europäer etwas fremdartig erscheinen mag, habe ich Dr. Dekhang, der als Pharmakologe am Men-Tsee-Khang arbeitet, befragt, was darunter genau zu verstehen sei:

> *„Seine Heiligkeit (der Dalai Lama) sagte einmal, die tibetische Medizin sei eine Wissenschaft des Heilens. Es hat alles eine Bedeutung, warum genau diese Kräuter verwendet und jene Medizin hergestellt wird. Wir stellen die Medizin auf der Basis dieser Wissenschaft her, mit dem Wissen, dass diese bestimmten Inhaltsstoffe genau gegen jenes Problem wirken. Es sind also die Inhaltsstoffe, die genau diese Wirkung auf den Körper haben und nicht die Mantras, die rezitiert werden. Trotzdem ist das Rezitieren der Mantras und eine starke Motivation, dass diese Pillen wirklich helfen mögen, sehr sinnvoll. Sie werden dadurch noch besser helfen. Es ist nicht so, dass die Medizin ohne Mantras keinen Effekt hätte. Dann wäre die tibetische Medizin keine Wissenschaft des Heilens. Es besteht keine Verbindung mit der Wirkung der Kräuter. Wenn das so wäre, warum sollten wir dann überhaupt unterschiedliche Arten von Pillen herstellen. Dann bräuchten wir einfach nur eine sehr preiswerte Pille herstellen und diese gegen alle Probleme geben. Es ergibt somit keinen Sinn, dass das Mantra der hauptsächliche Faktor der Heilung wäre...“*[277]

Eine besondere Form der Medizin sind die sogenannten Juwelenpillen. Sie bestehen neben vielen pflanzlichen Stoffen auch aus wertvollen Steinen wie Gold, Türkise, Opale, Perlen oder anderen Edelsteinen. Aber auch Schwefel und Quecksilber werden dafür verwendet. Sie dienen zum einen der Kräftigung der Immunabwehr bei Gesunden und zum anderen der Heilung vieler Krankheiten. In den tibetischen Texten gibt es sogar eine Prophezeiung, nach der diese Pillen in der Zeit, wo es zu chemischen und strahlungsbedingten Verunreinigungen kommt, von großem Nutzen sein werden. Für ihre Zubereitung müssen die Edelmetalle zuerst einer Entgiftung unterzogen werden. Dies geschieht nach einem ganz bestimmten Verfahren mit Hilfe von entgiftenden Stoffen, so dass die schädlichen Substanzen aus den Metallen entfernt werden.[278] Das ist in Europa ein sehr umstrittener Punkt der tibetischen Medikamente, da Quecksilber als giftig angesehen wird. Auf die Frage, wie man dies zu verstehen hat, antwortet Dr. Dekhang:

> *...Wir geben zu, dass Quecksilber in den Juwelenpillen ist. Aber wir verwenden nicht das unverarbeitete Quecksilber. Wir machen einen Entgiftungsprozess mit dem Quecksilber. Er dauert sehr*

---

[275] Bei der Meditation auf den *Medizinbuddha* stellt man sich diesen vor einem im Raum vor und bittet ihn darum, bei der Heilung zu helfen. Dabei kann man sein *Mantra* sprechen, was ebenfalls die Heilwirkung der Medizin verstärken soll. Das *Mantra* lautet: TEYATA OM BEKANDZE BEKANDZE MAHA BEKANDZE RANDZA SAMUDGATE SOHA.
[276] Vgl. Dummer (1994), S. 116.
[277] S. Interview Nr. 19.
[278] Vgl. Asshauer (1993), S. 164-166 und Reichle (1997), S. 35-36.

lange! Man braucht viele andere Zutaten, um das Quecksilber zu entgiften. Wir wissen auch, dass Quecksilber alleine sehr giftig ist. Und das ist auch von der Wissenschaft bestätigt. Deshalb wissen wir, dass wir das Quecksilber erst entgiften müssen, bevor wir es für unsere Pillen verwenden. Das Entgiften dauert mindestens zwanzig Tage. Auch die Leute, die das Quecksilber entgiften, müssen selbst entgiftende Medizin zu sich nehmen, damit sie das Gift nicht belastet. Somit wird für die Medizin nur das entgiftete Quecksilber verwendet! Wir denken auch, dass viele Pflanzen von Natur aus giftig sind. Man muss wissen, wie man sie richtig verwendet, dann werden sie zu sehr wirksamer Medizin. Das ist immer vom Wissen der einzelnen Personen über die Medizin abhängig. Zum Beispiel Aconitum hat eine sehr giftige Natur. Wenn jemand nicht weiß, wie man es korrekt entgiftet und anwendet, können sehr schlimme Komplikationen auftreten.“[279]

So ist es nach Meinung der tibetischen Ärzte möglich, durch die Entgiftung heilsame Substanzen aus primär giftigen Stoffen herzustellen. Da es jedoch sehr schwierig ist, alle Rohmaterialien für diese Juwelenpillen zu bekommen, werden sie nur in geringem Umfang hergestellt.[280]

3.7.2 Tibetische Pharmakologie in Indien und Nepal

Die Ärzte in Tibet haben ihre Heilkräuter gesammelt, selbst hergestellt und ihren Patienten verschrieben. Wie arbeiten tibetische Ärzte in Indien und Nepal?
Die großen Institute für tibetische Medizin, die ich während dieser Studie besucht habe, sind das Men-Tsee-Khang in Dharamsala, das Chakpori-Institut in Darjeeling und die Kunphen-Medical-Clinic in Kathmandu. Dort werden die Medikamente in großem Umfang maschinell produziert. Vor allem das Men-Tsee-Khang besitzt eine große Einrichtung zur Herstellung von Medizin, über die sie sämtlichen Zweigniederlassungen in Indien und Nepal beliefert. Die Ärzte aus diesen Niederlassungen wie Bombay, Delhi oder Kalimpong verwenden ausschließlich Medikamente aus ihrer Produktion.[281]
Das Sammeln der Pflanzen wird auch nicht mehr von den Ärzten, sondern von gewerblichen Sammlern übernommen.[282] Auf die Frage, woher man jetzt in Indien, das eine völlig andere Vegetation als Tibet aufweist, die Pflanzen bezieht, antwortet Dr. Dekhang:

„Wenn man die tibetische Medizin ganz genau studiert, wird man feststellen, dass darin nicht nur die Pflanzen verwendet werden, die in Tibet wachsen. Es werden viele andere Kräuter benutzt, die auch in Indien vorkommen. Da Tibet sehr nah an Indien grenzt, gab es in der Geschichte einen regen Austausch zwischen den unterschiedlichen medizinischen Systemen. Wenn man sich zum Beispiel die ayurvedische Medizin anschaut, wird man viele Ähnlichkeiten zur tibetischen Medizin feststellen. Die Inhaltsstoffe der Medizin haben sehr viele Gemeinsamkeiten. In der tibeti-

[279] S. Interview Nr. 19.
[280] Vgl. Reichle (1997), S. 38.
[281] Vgl. Interviews mit sämtlichen Ärzten der Zweigniederlassungen von Dharamsala.
[282] Vgl. Asshauer (1993), S. 130.

schen Medizin werden die gleichen Kräuter wie in der ayurvedischen Medizin verwendet. Ich denke, in der Vergangenheit gab es einen regen Austausch, nicht nur zwischen diesen beiden Medizinsystemen, sondern auch mit der chinesischen und arabischen Medizin. Ich selbst kann nicht viel über Tibet erzählen. Ich bin zwar dort geboren, aber kann mich nicht mehr so gut daran erinnern. Was ich weiß ist, dass auch früher die tibetische Medizin sehr viele Kräuter verwendet hat, die in Indien wachsen, ebenso wie jene aus Tibet. Für uns war es einfacher die Kräuter zu bekommen, die in Tibet wachsen, als die indischen. Jetzt im Exil ist es einfacher die Kräuter zu bekommen, die in Indien wachsen und schwieriger, sie aus Tibet zu bekommen. Das ist also nur eine Umkehrung. Aber trotzdem ist es uns mit verschiedenen Mitteln möglich, diese Kräuter aus Tibet zu erhalten.“[283]

Die Rezepte der Medizin sind in den Texten ohne Maß- und Gewichtsangaben aufgeführt, da sie direkt vom Lehrer an den Schüler weitergegeben wurden und geheim bleiben sollten, damit sie nicht missbraucht werden. Heute kann man von den großen Instituten wie dem Men-Tsee-Khang genaue Richtlinien über die Herstellung erhalten. Sie sind für jeden Interessierten einsehbar.[284] Über diese Standardisierung der Medikamente erklärt Dr. Dekhang:

„Ja, diese Standardisierung ist tatsächlich sehr wichtig. Das wäre vor allem für den Patienten sehr hilfreich. Es gibt zum Beispiel viele Patienten, die nicht zu unserem Institut kommen können, obwohl wir so viele Zweigniederlassungen und Ärzte haben. Dann gibt es Ärzte, die sie leichter erreichen können, weil sie zum Beispiel in diesem oder jenem Land wohnen...Wenn diese Ärzte ihre Medizin standardisieren könnten, wäre das bestimmt sinnvoll für den Patienten. Das Wichtigste ist, dass der Patient davon profitiert. Aber ich denke, es ist sehr schwierig, die Medizin für alle Ärzte zu standardisieren. Das ist von Person zu Person unterschiedlich. Es hängt davon ab, wie stark ein Arzt motiviert ist. Es werden ja sehr viele unterschiedliche Kräuter verwendet. Manche sind sehr teuer, andere nicht. Wenn jemand eine gute Motivation hat und standardisierte Medizin machen will, dann wird er auch die teure Medizin verwenden. Er wird nicht an die Kosten denken. Wenn er die teuren Kräuter verwendet, wird das dem Patienten sehr nutzen. Es ist jedenfalls sehr schwierig mit der Standardisierung.“[285]

Jedoch sammeln die meisten Ärzte aus den ländlichen Gebieten, hier vor allem aus Mustang, ihre Pflanzen nach wie vor selbst und stellen auch selbst die Medizin in Pillen oder Pulverform her. Andere Ärzte, beispielsweise Amchi Gyatso Bestra oder Amchi Dukta Gurung, kaufen einen Teil ihrer Medizin aus dem nächsten Dorf von anderen Ärzten ein. Mustang ist eines der Gebiete, in dem man noch ein sehr umfangreiches Angebot an Heilpflanzen vorfindet.[286] Eine weitere Möglichkeit ist, wie Dr. Karma Chodon aus Ladakh es praktiziert, sämtliche Medikamente bei Kollegen einzukaufen.[287]

---

[283] S. Interview Nr. 19. Diese verschiedenen Mittel werden hier von Dr. Dekhang natürlich nicht näher aufgeführt, da die Ausreise aus Tibet für die Tibeter nicht legal möglich ist und somit auch die Beschaffung der tibetischen Pflanzen.
[284] Vgl. Asshauer (1993), S. 122.
[285] S. Interview Nr. 19.
[286] Vgl. Interview Nr. 4.
[287] Vgl. Interview Nr. 7.

Zumeist verschreiben die tibetischen Ärzte ihre Medikamente in Pillenform. Die einzige Ausnahme bei dieser Studie ist Amchi Tashi Namgyal, der sämtliche Pflanzen selbst sammelt und zu Pulver verarbeitet. Er ist einer der bedeutendsten Pharmakologen unter den tibetischen Ärzten. Die Anzahl der Pillen, mit denen die Ärzte arbeiten, variiert zumeist zwischen 100 und 200 unterschiedlichen Sorten. Einige verwenden nur 30 bis 70 Präparate zur Therapie. Aufgrund der neuen Verhältnisse in Indien und Nepal ist es oft schwieriger geworden, die nötigen Pflanzen zu erhalten.[288]
So scheint eines der größten Probleme der tibetischen Ärzte das Beschaffen der Pflanzen zu sein. Viele Hochhimalayapflanzen sind vom Aussterben bedroht und sehr schwierig zu bekommen. Gleichzeitig steigt die Arzneimittelproduktion weiter an, da der Bedarf für Indien, aber auch für den Westen stetig zunimmt. Ein Versuch des Men-Tsee-Khang ist, die Pflanzen aus der Hochebene Tibets in Indien zu kultivieren, um diese Engpässe zu überwinden.[289] Jedoch behauptet zum Beispiel Dr. Tashi aus der Schweiz, dass dieselben Pflanzen dort nicht die gleiche Kraft besitzen wie diejenigen, die in der Himalayahochebene wachsen.[290] Ein Grund dafür könnte die Umweltverschmutzung sein. Inwiefern sich also das Kultivieren von Pflanzen außerhalb des Himalaya etablieren wird, ist momentan noch nicht absehbar.

3.8 Grenzen der tibetischen Medizin

Nachdem Überblick über die tibetische Medizin und ihre Anwendung in der heutigen Zeit, stellt sich die Frage, wo die tibetischen Ärzte in dieser neuen Umgebung, sowohl in Indien und Nepal, als auch im Westen ihre Grenzen sehen. Bei welchen, eventuell „neuen“ Krankheiten, fühlen sie sich überfordert und an wen wenden sie sich dann? Sind sämtliche Methoden der tibetischen Medizin für die moderne Zeit anwendbar und zeitgemäß? Zur Beantwortung habe ich die Ärzte in den Interviews gefragt, welche Krankheiten sie nicht heilen können, ob und zu wem sie dann ihr Patienten überweisen und welche Methoden ihrer Medizin sie ablehnen. Dies soll im Folgenden dargestellt werden:

Gibt es Krankheiten, die sie nicht heilen können? Welche?
Auf diese Frage haben die Ärzte zum Teil sehr unterschiedliche Antworten gegeben. Jedoch ist zu bedenken, dass ein Arzt aus Mustang mit einem ganz anderen Krankheitsspektrum konfrontiert ist als ein Arzt aus Bombay.
Hauptsächlich werden sehr alte und *karmische* Krankheiten als nicht heilbar aufgeführt. Unter alten Krankheiten versteht man solche, die sehr lange bestehen und sich oft im Finalstadium befinden. Dann, so sagen die tibetischen Ärzte, können sie meistens auch keine voll-

[288] Vgl. Interview Nr. 12.
[289] Vgl. Asshauer (1993), S. 130.
[290] Dr. Sertang Tashi ist ein tibetischer Arzt, den ich in Europa kennengelernt habe. Er wohnt in Kirchberg in der Schweiz und praktiziert dort die tibetische Medizin.

ständige Heilung mehr erreichen. Alte Krankheiten generell sind viel schwerer zu heilen als neue. Dies liegt daran, dass für die Heilung der Krankheit mindestens die Hälfte der Zeit ihres Bestehens erforderlich ist.[291] Unter *karmischen* Krankheiten versteht man Leiden, die ihre Ursache in negativen Handlungen aus früheren Leben haben. Man kann sie oft nur noch symptomatisch behandeln. Dr. Tsewang erklärt dies folgendermaßen:

> *„Viele Leiden können geheilt werden, aber es gibt auch Leiden, die einen sehr karmischen Ursprung haben. Es gibt zum Beispiel Leute, die an einer harmlosen Krankheit leiden und trotzdem daran sterben müssen. Das liegt nicht daran, dass die Behandlung nicht gut ist. Manchmal sterben Leute an einer Erkältung oder an einem kleinen Unfall. Andere sterben an einem harmlosen Durchfall. Man weiß nie, welches Karma man hat. Aber im Allgemeinen ist die tibetische Medizin bei allen Krankheiten sehr effektiv. In welchem Maß man die Krankheit heilen kann, hängt nicht nur von der Medizin ab, sondern auch von der Fähigkeit des Patienten, sein Leben fortzusetzen.“*[292]

Auch Krankheiten wie Krebs oder Aids werden von einigen der Ärzte als *karmische* Krankheiten bezeichnet.[293] Zusätzlich werden spezielle Krankheitsbilder genannt, mit denen schlechte Erfahrungen bei der Behandlung gemacht wurden. Diese sind schwere Infektionen[294], Aids[295], Epilepsie, „Wasser in den Beinen“[296], eine spezielle Lungenerkrankung[297], Krebs[298] und Hautkrankheiten[299]. Allerdings spielt dabei immer eine Rolle, in welchem Stadium der Krankheit die Patienten zum tibetischen Arzt kommen. Dr. Dorje Keldor erklärt dazu:

> *„Ich behandele fast alle Krankheiten, außer ein paar bestimmte Arten von Krebs und Aids. Wenn Leute kommen, die Aids haben, dann behaupte ich nicht, dass ich eine Heilung dagegen habe. Wir haben so viel gute Medizin, die wir ihnen geben, um ihre Lebensqualität zu verbessern. Wir haben auch umfangreiche Medizin, um das Immunsystem zu verbessern. Für sehr weit fortgeschrittene Krebspatienten, die schon verschiedenste Behandlung erhalten haben, gibt es auch Hilfe. Im finalen Krebsstadium setzen sie große Hoffnung auf erfolgreiche Behandlung durch tibetische Medizin. Da sehen wir uns manchmal einem Problem gegenübergestellt, solche Patienten zu heilen. Manchmal haben wir aber auch Fälle von Wundern, wo Patienten mit tibetischer Medizin geheilt wurden.“*[300]

Dem gegenüber gibt es auch Ärzte, wie Dr. Dorjee, die der Meinung sind, dass theoretisch jede Krankheit mit tibetischer Medizin heilbar ist:

[291] Vgl. Interview Nr.3,12,15,21.
[292] S. Interview Nr. 22.
[293] Vgl. Interview 16,25.
[294] Vgl. Interview Nr. 2.
[295] Vgl. Interview Nr. 5,11,13,18.
[296] Vgl. Interview Nr. 7.
[297] Vgl. Interview Nr. 8.
[298] Vgl. Interview Nr. 13,16,17,18.
[299] Vgl. Interview Nr. 17.
[300] S. Interview Nr. 13. Moderne tibetische Ärzte wie Dr. Dorje Keldor, die in Dharamsala studiert haben und viel Zeit in Europa und Amerika verbrachten sind mit unserem Medizinsystem und unseren Krankheitsbegriffen sehr vertraut. Wenn er hier vom Immunsystem oder von Krebs spricht ist davon auszugehen, dass er genau weiß, um was es sich hierbei handelt.

„In den tibetischen Texten steht, dass es keinen Magen gibt, der nicht durch Essen gefüllt werden kann. Das bedeutet, wenn man Hunger hat und etwas isst, wird der Magen befriedigt. Es gibt kein Essen, das nicht den Hunger stillen kann. Und es gibt kein Wasser, das nicht den Durst löschen kann. Genauso gibt es keine Krankheit, die nicht durch Medizin geheilt werden kann. Wir versuchen vor allem die Krankheit zu bekämpfen, indem wir das Gleichgewicht im Körper wieder herstellen. Krankheit ist nichts weiter als ein Ungleichgewicht des Körpers. Der Name der Krankheit ist nicht wichtig. Natürlich gibt es Krankheiten wie Krebs, HIV und Muskelerkrankungen, die sehr schwer zu behandeln sind. Jeder sagt, wir können sie nicht behandeln. Aber wir können es doch. Ich kann natürlich nicht behaupten, dass ich sie völlig heilen kann. Aber wenn man mich fragt, ob ich sie behandeln kann, ja das kann ich.“[301]

Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Auch hier erkennt man innerhalb der Ärzte erhebliche Unterschiede. Ärzte aus eher ländlichen Gegenden haben oft keine Möglichkeit, Patienten zu überweisen, da der nächste Arzt sehr weit entfernt wohnt. Sie arbeiten zumeist ganz allein.[302] Viele Ärzte in den stärker besiedelten Gebieten dagegen überweisen ihre Patienten gelegentlich zu erfahreneren Ärzten, den sogenannten Seniordoktoren, und zum Teil auch zu allopathischen Kollegen. Zu den Seniordoktoren überweisen sie dann, wenn die eigene Erfahrung nicht ausreicht, die Krankheit richtig zu behandeln.[303] Dagegen überweist die Mehrheit der tibetischen Ärzte den Patienten zu einem allopathischen Arzt, wenn dieser bessere Methoden anbieten kann. Dies ist zum Beispiel für die Notfallmedizin der Fall, wenn starke Blutungen oder akute Schmerzen auftreten. Gerade gegen Schmerzen besitzt die allopathische Medizin gute Medikamente zur schnellen Linderung. Die tibetische Medizin wirkt langsamer schmerzlindernd.[304] Auch bei vielen Operationen, wie Knochenbrüchen, ist die europäische Medizin der tibetischen überlegen.[305] Man muss bedenken, das sie keine Betäubungsmittel bei den Operationen verwenden. Ein weiteres häufig genanntes Krankheitsgebiet sind die Infektionen. Hier werden vor allem Tuberkulose und Typhus betont. Die allopathische Medizin ist durch die Verwendung von Antibiotika der tibetischen deutlich überlegen.[306] Sonstige Krankheitsbilder, bei denen einige tibetische Ärzte zu einem europäischen Arzt überweisen, sind Kinderkrankheiten[307], Augenkrankheiten[308] und gynäkologische Probleme.[309] Es ist jedoch hierbei zu bedenken, dass es sich um die Meinung von einzelnen tibetischen Ärzten handelt. Andere wiederum therapieren genau diese Krankheiten selber oder lehnen es generell ab mit allopathischen Ärzten zusammen zu arbeiten.

[301] S. Interview Nr. 14.
[302] Vgl. Interview Nr. 1,4,6.
[303] Vgl. Interview Nr. 13,15,17,18,21.
[304] Vgl. Interview Nr. 9,11,13,14,16,17,20.
[305] Vgl. Interview Nr.5,14,21.
[306] Vgl. Interview Nr. 5,14,18,21,23.
[307] Vgl. Interview Nr. 5.
[308] Vgl. Interview Nr. 7.
[309] Vgl. Interview Nr. 7,11.

Auch zur diagnostischen Abklärung überweisen manche tibetischen Ärzte, wie zum Beispiel Dr. Namgyal Qusar, ihre Patienten zu einem allopathischen Arzt. Mit Hilfe von Röntgenbildern oder einem Blutbild möchte der Arzt oder auch der Patient einen Nachweis dafür erhalten, dass die Medizin geholfen hat.[310] In Dharamsala haben die tibetischen Ärzte einen guten Kontakt zum nah gelegenen Delek Hospital, einem allopathischen Krankenhaus der Tibeter. Dorthin werden oft Patienten überwiesen. Andererseits überweisen die Ärzte des Delek Hospitals häufig ihre Patienten zu den tibetischen Ärzten. Dies ist vor allem bei chronischen Krankheiten der Fall.[311] Diese gute Zusammenarbeit funktioniert allerdings nicht überall. Das Delek Hospital und das Men-Tsee-Khang üben hierbei eine Vorbildfunktion aus.
Einen weiterer Grund für Überweisungen ist, so erklärt Amchi Gyatso Bestra, das Fehlen einer *karmischen* Verbindung zwischen Arzt und Patient. Dies ist für unser westliches Verständnis eine fremd klingende Begründung. In der tibetischen Medizin spielt es jedoch eine sehr große Rolle, dass die Arzt-Patienten-Beziehung auf Sympathie beruht. Ist die *karmische* Verbindung nicht vorhanden, sollte der Patienten besser zu einem anderen Arzt gehen.[312]

Welche diagnostische oder therapeutischen Methoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Hier gehen die Meinungen der tibetischen Ärzte sehr weit auseinander. Ein umstrittenes Thema ist die Chirurgie, die von vielen Ärzten als nicht mehr zeitgemäß betrachtet wird.[313] Da die tibetischen Ärzte ohne Betäubungsmittel und mit sehr primitivem Werkzeug gearbeitet haben, ist diese Methoden der allopathischen deutlich unterlegen. Zum Beispiel hat man versucht mit einer Methode die „Löffeln" genannt wird, die Krankheit mit einem Löffel aus dem Körper zu entfernen. Auch Augen- und Gehirnoperationen wurden früher in Tibet vorgenommen, finden aber heute keine Anwendung mehr.[314] Dr. Dorjee jedoch ist der Meinung, dass gerade diese Verfahren wieder belebt werden sollten:

> *„Ganz im Gegenteil, es gibt viele Methoden, die wir verbessern oder wiederbeleben sollten. Es gibt zum Beispiel sehr viele kleine Operationen, beispielsweise Methoden, bei denen man Flüssigkeit aus der Lunge oder dem Herzen zieht oder Katarakt-Operationen. Diese Operationen sind alle sehr einfach. Wir brauchen keine speziellen Geräte dafür. Diese Operationen werden oft abgelehnt. Es gibt nur noch ein oder zwei Ärzte in Tibet, die das können. Eine Ärztin wurde sehr berühmt. Sie heißt Njima Jangchen. Sie macht immer noch Katarakt-Operationen. Es gibt viele Methoden, die wir wiederbeleben und mehr akzeptieren sollten. Manchmal heißt es, Methoden wie Moxibustion oder Goldener Hammer seien sehr primitiv, und die Leute bekommen Angst.*

[310] Vgl. Interview Nr. 9,23,25.
[311] Vgl. Interview Nr. 20.
[312] Vgl. Interview Nr. 2. Eine schlechte *karmische* Verbindung bedeutet, dass man in früheren Leben etwas negatives zusammen gemacht hat oder sich gegenseitig Schaden zugefügt hat. In diesem Fall ist eine Arzt-Patientenbeziehung nicht möglich, da man keine Sympathie füreinander empfinden kann.
[313] Vgl. Interview Nr. 1,2,7,18,20,21.
[314] Vgl. Interview Nr. 21.

Man sollte diese Dinge mehr präsentabel machen. Aber ich denke nicht, dass eine Methode sinnlos ist. Sie sind alle sehr gut. Der einzige Mangel ist, dass viele Ärzte nicht in der Lage sind, sie richtig anzuwenden."[315]

Weitere therapeutische Maßnahmen, die abgelehnt werden, sind zum Beispiel Abführmittel. Sie sind angeblich sehr brutal, weshalb viele Patienten sich diesen Therapien heutzutage nicht mehr aussetzen würden.[316] Auch falsch hergestellte Medizin, dass heißt mit der falschen Motivation oder ohne *Mantras* dabei zu sprechen, sagt Dr. Gyatso, seien ebenfalls nicht sehr nützlich.[317] Jedoch stimmt die Mehrheit der tibetischen Ärzte darin überein, das ihre Methoden generell gut sind, und man deshalb nichts ablehnen kann.[318]

„Ich denke nicht, dass ich irgendeine Methode ablehnen kann. Zum Beispiel Operationen, die benutzen wir heute nicht mehr, weil es so gute in der allopathischen Medizin gibt. Man wäre wirklich dumm mit unseren Messern Operationen zu machen. Aber ich kann sie nicht ablehnen, weil sie zu ihrer Zeit gut waren. In Tibet gab es sogar einen Arzt, der ein Herz transplantiert hat. Aber ich habe so etwas nie gesehen."[319]

Es ist somit festzuhalten, dass die tibetischen Ärzte ihre Grenzen sehr unterschiedlich sehen. Einige behandeln grundsätzlich ihre Patienten bei jeder Krankheiten selbstständig. Andere wiederum setzen sich selbst ihre Grenzen sehr scharf, wann sie nicht mehr weiter helfen können. Sie überweisen dann auch gerne zu einem allopathischen Arzt, der auf Gebieten wie der Notfallmedizin oder Chirurgie besser helfen kann.

3.9 Tibetische und allopathische Medizin im Vergleich

Das Verhältnis der tibetischen Ärzte zur allopathischen Medizin ist bedeutsam, um einen Einblick in die Modernisierung der tibetischen Medizin und ihre Konfrontation mit der Allopathie zu erhalten. Zunächst werden die grundlegenden Unterschiede beider Heilsysteme verdeutlicht.

Im Gegensatz zur allopathischen Medizin basiert die tibetische auf einem religiösen Grundgebäude, dem Buddhismus, von dem sie nicht zu trennen ist. So wird sie auch von vielen Tibetern als buddhistische Medizin bezeichnet. Ein grundlegendes Verständnis der buddhistischen Philosophie ist für einen tibetischen Arzt somit unerlässlich.[320] Dr. Asshauer geht sogar noch weiter und behauptet, dass man die tibetische Medizin nur mit der *Bodhisattva*-Einstellung praktizieren könne. Dies ist der Wunsch, zum Wohle der Wesen zu arbeiten.[321] Zu diesen buddhistischen Aspekten der Medizin gehören die rituellen Behandlungen oder

[315] S. Interview Nr. 14.
[316] Vgl. Interview Nr. 25.
[317] Vgl. Interview Nr. 8.
[318] Vgl. Interview Nr.3,4,5,6,9,11,13,22,23.
[319] S. Interview Nr. 11.
[320] Vgl. Dummer (1994), S. 241.
[321] Vgl. Asshauer (1993), S. 227.

das Rezitieren von *Mantras* bei der Herstellung der Medikamente.[322] Bevor der Arzt am Morgen die Praxis öffnet, wird der *Medizinbuddha* in einer langen *Puja* angerufen. Man bittet darum, dass man fähig ist, richtig und zum Wohle der Wesen zu heilen.[323]

Dieser spirituelle Aspekt der Medizin war in Europa im Mittelalter ebenfalls vorhanden, ist aber weitgehend verloren gegangen. Die allopathische Medizin hat sich zu einer reinen Wissenschaft entwickelt, für die ein akademisches Studium ausreicht.[324] Auch der Ansatzpunkt, im Körper mit feinstofflichen Energien zu arbeiten, ist grundlegend verschieden zur allopathischen Auffassung. Hier sind es Organe, die erkranken und behandelt werden müssen. Darauf baut sich auch das Spezialistensystem auf, wie zum Beispiel die Kardiologie, die Rheumatologie oder andere Fachbereiche. Dies ist den Tibetern ebenfalls unbekannt. Hier behandelt jeder Arzt alle Erkrankungen des Menschen.[325]

Um diese unterschiedliche Herangehensweise an Krankheiten und deren Therapie zu verdeutlichen, beschreibt Dr. Dawa Dolma den Umgang mit Schlaflosigkeit folgendermaßen:

> *„...Wir haben Medizin gegen Lung. Lung bedeutet Wind und entsteht zum Beispiel bei zu viel Stress. Wir haben Medizin dagegen, und man kann dann wieder besser schlafen. Aber wir haben keine Schlaftabletten, mit denen man sofort einschlafen kann. Wenn man Medizin gegen Lung gibt, wird der Stress reduziert und wir können wieder viel besser schlafen. Wenn jemand Schlaftabletten nimmt, muss er sie häufig immer wieder einnehmen. Er wird abhängig davon. Das ist bei unseren nicht so. Sie haben keine Nebenwirkungen.“*[326]

Die meisten tibetischen Ärzte sind sich darin einig, dass viele Bereiche der europäischen Medizin sehr gut und sogar der tibetischen Medizin deutlich überlegen sind. In anderen Bereichen wiederum sehen sie Schwächen. Beide Systeme zusammen nutzen, wird von den meisten als eine große Bereicherung angesehen. Jedoch gibt es auch die tibetischen Ärzte, die ihr gegenüber sehr skeptisch eingestellt sind und diejenigen, die zu wenig Wissen darüber haben, um sich eine Meinung zu bilden.[327]

In der Forschung wird die Zusammenarbeit von tibetischen und allopathischen Ärzten schon praktiziert. Ein wichtiger von *Buddha* aufgestellter Grundsatz lautet, dass man nichts glauben darf, nur weil ein *Buddha* es gesagt hat, sondern dass man alles überprüfen soll. Von daher sind die Tibeter gegenüber der Erforschung ihrer Medikamente sehr offen.[328] Tibetische Ärzte in Dharamsala arbeiten mit ihren allopathischen Kollegen gut zusammen. Dies bedeutet, die Tibeter verschreiben in den Studien ihre Medizin, und die allopathischen Ärzte überprüfen mit ihren diagnostischen Methoden die Wirksamkeit.[329]

---

[322] Vgl. Dummer (1994), S. 135.
[323] Eigenbeobachtung der Autorin in den Praxen und Interview Nr. 9.
[324] Vgl. Dummer (1994), S. 241.
[325] Vgl. Interview Nr. 3.
[326] S. Interview Nr. 15.
[327] Vgl. Interview Nr. 13,14,18 und noch viele andere.
[328] Vgl. Reichle (1997), S. 129.
[329] Vgl. Interview Nr. 14.

Es gibt Disziplinen der allopathischen Medizin, die von vielen tibetischen Ärzten als nützlich angesehen werden. Dazu gehören die Chirurgie, die Gynäkologie und die Notfallmedizin, die Behandlung von Infektionen und ihre diagnostische Methoden, wie zum Beispiel das Röntgen.[330] Dr. Ngawang Dhakpa erklärt dazu:

> *„Teile ihrer Medizin sind sehr gut. Hier in Kathmandu gibt es viele europäische und amerikanische Ärzte. Sie machen sehr viel. Sie nehmen Blut ab und untersuchen es. Ich mag die allopathische Medizin, weil sie so viele Mittel haben wie z. B. die Operationen und die ganzen technischen diagnostischen Mittel. Sie ist sehr gut. Sie zeigen deutlicher welchen Typ Krankheit man hat. Sie legen genau fest, an welchem Punkt die Krankheit steckt, sogar mit Photo! Manchmal denke ich, das ist von einem Gott gemacht, wie will man sonst so genau hineinsehen können?“*[331]

Was sind dagegen die negativen Seiten der allopathischen Medizin nach Überzeugung der tibetischen Ärzte? Zum einen sind es die chemischen Medikamente, die oft sehr starke Nebenwirkungen zeigen. Ein Organ wird geheilt und gleichzeitig ein anderes geschädigt. Die tibetische Medizin weist dagegen nach ihrer Meinung keine Nebenwirkungen auf. Sie wirkt zwar langsamer, aber dafür langfristiger. Andererseits entfernen die vielen technischen Geräte den Patienten sehr vom Arzt. Ein großer Kritikpunkt, den viele Ärzte erwähnen, ist das Fehlen von *Mitgefühl* zum Patienten, das sich sehr negativ auf die Gesundheit auswirken kann.[332] Dr. Jampa Yonten erklärt dazu:

> *„Es ist so toll, dass man jedes Körperteil von Innen sehen kann. Aber manchmal fehlt das Mitgefühl! Wenn die allopathischen Ärzte ein bisschen spiritueller wären! Das heißt nicht, sie müssen Buddhisten werden! Wenn sie versuchen würden, Mitgefühl zu praktizieren, mehr Zeit hätten und den Patienten als ihr eigenes Kind sehen könnten! Allopathische Medizin könnte viel besser sein, wenn sie das beachten würden.“*[333]

Auch Dr. Namgyal Qusar betont:

> *„Die allopathische Medizin ist sehr fortgeschritten, mit viel Wissen, das wir von ihr bekommen! Die ganze Wissenschaft der allopathischen Medizin ist sehr gut. Aber die Herangehensweise an den Patienten, dass man oft nur ein Organ oder eine Krankheit betrachtet, ist nicht so gut. Zum Beispiel Krankenhaus (hospital) bedeutet übersetzt „gastfreundlich“. Wenn ein Krankenhaus diesen Zweck erfüllt, und der Patient sich wohlfühlt, ist es sehr gut. Wenn dort aber der Patient eher nervös und noch kränker wird, dann ist das sehr schlecht! Was wir brauchen ist Fürsorge, und diese muss von Anfang an da sein! Nur gute Wissenschaft und eine gute Organisation sind nichts wert, wenn die Fürsorge fehlt. Es muss sich also bei der allopathischen Medizin um gute Medizin und um diese „Gastfreundschaft“ handeln. Dann ist sie sehr gut.“*[334]

---

[330] Vgl. Interview Nr. 2,5,6,7,9,13,14,17.
[331] S. Interview Nr. 9.
[332] Vgl. Interview Nr. 5,7,11,18,20,23.
[333] S. Interview Nr. 11.
[334] S. Interview Nr. 23.

Eine Modernisierung der tibetischen Medizin hat in Europa stattgefunden. In der Schweiz wurde eine Firma gegründet, die sich Padma AG nennt und tibetische Medizin in großem Rahmen produziert. Sie hat auch schon etliche Studien über ihre Wirksamkeit veröffentlicht. Jedoch ist es gerade in Deutschland schwierig, für diese Medikamente die Zulassung zu erreichen.[335]

So sehen die meisten tibetischen Ärzte ihre Zukunft in einer Arbeit zusammen mit ihren allopathischen Kollegen. Sie betrachten beide Medizinsysteme als Ergänzung trotz unterschiedlicher Ansatzpunkte. In Dharamsala wird gezeigt, wie es möglich ist, miteinander zu praktizieren. Die tibetischen Ärzte überweisen ihre Patienten ins Delek Hospital und diese wiederum ins Men-Tsee-Khang. So kann, nach deren Meinung, eine optimale Versorgung des Patienten gewährleistet werden.[336]

---

[335] Vgl. Reichle (1997), S. 126 und 106 (wie diese Medizin in die Schweiz kam) und Feyerer (2001), S. 128.
[336] Vgl. Interview Nr. 20.

4. Die Stellung der tibetischen Medizin in Indien und Nepal

Die tibetische Medizin kam vor ca. 1400 Jahren von Indien nach Tibet, wurde dort verändert und durch andere Heilsysteme ergänzt. Seit den letzten 50 Jahren findet sie ihren Weg in dieser veränderten Form nach Indien zurück und muss sich dort wieder neu etablieren.[321] Im nördlichen Teil Indiens, wie in Ladakh oder Mustang, hat sie dagegen eine lange Tradition und ist dort seit vielen Jahrhunderten in der Bevölkerung verankert und hoch angesehen.[322] In Tibet war sie neben der ähnlichen Bön-Medizin das einzig vorhandene Heilsystem. In Indien dagegen existiert eine Vielfalt von unterschiedlichen medizinischen Systemen, neben denen sich jetzt auch die tibetische Medizin behaupten muss.

Das älteste Medizinsystem ist das Ayurveda, das nach dem Glauben der Inder vor 3000 Jahren von dem Hindugott Brahma direkt an die Menschen in 100000 Versen gegeben wurde.[323] Diese Lehre war damals sehr stark mit dem Buddhismus verbunden und wurde auch in den buddhistischen Klöstern schriftlich fixiert. Erst später wurde sie in das hinduistische Glaubenssystem integriert. Die Grundlage des Ayurveda ist, wie in der tibetischen Medizin, die Lehre der drei Körperenergien Wind, Galle und Schleim und der fünf Elemente. Auch hier wird mit Puls-, Zungen- und Urindiagnostik gearbeitet. Allerdings ist die Pulsdiagnostik nicht so verfeinert wie in der tibetischen Medizin. In der Therapie wird ebenfalls großer Wert auf Diät und Pharmakologie gelegt.[324]

Mit der Eroberung Indiens durch die Araber im 13. Jahrhundert kam die arabische Medizin nach Indien und erhielt dort den Namen Unani. Man findet dort auch viele Elemente der griechischen Medizin wieder. Die Unani Medizin wurde beeinflusst von China, Indien und anderen Nachbarländern. Die Grundlage ist, wie bei den Griechen, eine vier Säfte Lehre von Dam (Blut), Balgham (Schleim), Safra (gelbe Galle) und Sauda (schwarze Galle). Diagnostiziert wird vor allem durch Puls-, Urin-, und Stuhldiagnostik. Die Therapie enthält Ernährungsratschläge, die Pharmakotherapie[325] sowie die Chirurgie.[326]

Eine weitere im Süden Indiens verbreitete Medizin ist die Siddha-Medizin, die ihre Ursprünge im 7. Jahrhundert n. Chr. hat. Die Ärzte sind gleichzeitig praktizierende hinduistische *Yogis.* Ziel ihrer Praxis ist die Erhaltung und Verlängerung des Lebens für sich und ihre Patienten. Sie verwenden hauptsächlich die Pulsdiagnostik.[327]

Mit der Kolonisierung Indiens durch die Engländer kam im Jahre 1839 die Homöopathie durch europäische Missionare hinzu und verbreitete sich dort sehr schnell. Ihre Theorie be-

[321] Vgl. Einleitung und Fragestellung.
[322] Vgl. Aschoff (1997), S. 82.
[323] Im Gegensatz dazu hat nach buddhistischem Glauben Brahma diese Belehrungen von Kashyapa, dem dritten *Buddha* unseres Zeitalters bekommen. Vgl. Clifford (1989), S. 73.
[324] Vgl. Curic (1998), S. 43-45 und Asshauer (1993), S. 27-30.
[325] Wobei hier im Gegensatz zur tibetischen Medizin und zum Ayurveda nicht mit Multikomponentsubstraten, sondern zumeist mit Einzelsubstanzen behandelt wird.
[326] Vgl. Department of Ayurveda, Yoga & Naturopathy, Unani, Siddha and Homoeopathy (2004), S. 3-6.
[327] Vgl. Asshauer (1993), S. 31.

ruht darauf, dass in den Medikamenten eine Art Information oder Energie fliest. Dabei werden die verwendeten Stoffe in einer bestimmten Dosis potenziert, wodurch ihre Wirkung verstärkt werden soll. Dies ist für die Inder, bedingt durch ihren Glauben, etwas völlig Selbstverständliches. Weil die Homöopathie aus dem Westen kommt und als moderner angesehen wurde, war sie bei den Indern sehr beliebt und stellte eine gute Alternative zur Schulmedizin dar. Da sie durch ihre Potenzenlehre bedingt sehr billig ist, wurde sie gerade in den ärmeren Regionen Indiens oft verwendet.[328]
Dies sind neben der Schulmedizin und der tibetischen Medizin die vorhandenen großen Heilsysteme in Südasien, wobei jedes System eigene Schulen, Krankenhäuser, Arztpraxen und zum Teil auch Wanderärzte besitzt. Im Jahre 1990 zählte man insgesamt 400 000 registrierte Heiler, wovon 240 000 Ayurveda, 28 000 Unani, 12 000 Siddha und 122 000 Homöopathie praktizierten. Daneben gibt es weitere ca. 500 000 nicht registrierte Heiler. Die tibetische Medizin wurde in dieser Studie noch nicht aufgenommen.[329]

Nun stellt sich die Frage, wie sich die tibetische Medizin in den letzten 50 Jahren in Indien und Nepal neben diesen anderen Systemen behauptet hat und welchen Zuspruch sie in der Bevölkerung findet. Es ist hierbei festzuhalten, dass sie nicht ein völlig neues oder unbekanntes Heilsystem darstellt. Einerseits wurde sie schon in einigen Gegenden wie Ladakh oder Sikkim praktiziert.[330] Andererseits ist sie dem Ayurveda und der Unani Medizin sehr ähnlich. Alle drei Medizinsysteme basieren auf der Philosophie von Energieprinzipien im Körper. Dabei handelt es sich im Ayurveda und in der tibetischen Medizin um Wind, Galle und Schleim. In der Unani Medizin gibt es dagegen die vier Säfte Blut, Schleim, gelbe Galle und Schwarze Galle. Auch die Diagnostik und Therapiemethoden sind sich sehr ähnlich. Diagnostiziert wird in allen drei Medizinsystemen durch die Puls- und Urindiagnostik. Auch spielt in allen drei Systemen die Ernährung und die Pharmakotherapie eine wichtige Rolle. In den weiteren Methoden, sowie in ihrer genauen Ausübung, finden sich allerdings Abweichungen. Aus diesem Grund ist die Bevölkerung mit der Denkweise über Krankheit und Heilung, wie sie auch in der tibetischen Medizin gelehrt wird, sehr vertraut.

Innerhalb der tibetischen Medizin hat während der letzten 50 Jahre in Südasien eine große Umstrukturierung stattgefunden. Nur noch sehr wenige Ärzte haben ihre Ausbildung in Tibet erhalten.[331] Die meisten besuchen jetzt die neu entstandenen Schulen wie das Men-Tsee-Khang in Dharamsala oder das Chakpori Institut in Darjeeling. Die Ausbildungsmöglichkeiten

[328] Vgl. Borghardt (1990), S. 10-11 und S. 277-283.
[329] Vgl. Bhasin (1994), S. 127-130.
[330] Ursprünglich erstreckte sich die tibetische Medizin in Asien von Ladakh im Westen bis zu den chinesischen Gebieten Sichuan und Gansu im Osten, den hochgelegenen Gebirgstälern Nepals im Süden und Sikkim und Butan im Norden. Vgl. Tsewang (1992), S. 9.
[331] Vgl. Dummer (1994), S. 240.

in Indien und Nepal sind sogar noch besser einzustufen als in Tibet. So kann jetzt jeder, ob Laie, Mönch oder Ausländer, an einer der Fakultäten studieren.
Heute muss auch nicht mehr jeder Arzt seine Medizin selbst herstellen, da die großen Institute wie das Men-Tsee-Khang ihre Zweigniederlassungen direkt beliefern. So können sich die Ärzte ausschließlich dem Patienten widmen.[332] Dies zeigt sich vor allem für die großen Städte als sehr sinnvoll, da hier zum Teil über 100 Patienten pro Tag behandelt werden. Die tibetische Medizin hat dort sehr an Beliebtheit gewonnen. Andererseits findet man in den Dörfern oft nur wenige Patienten pro Tag. Dies mag mit der geringeren Einwohnerzahl oder einem Überangebot an Ärzten zu tun haben.[333] Jedoch muss erwähnt werden, dass viele Dorfärzte ihre Kräuter auch noch selbst sammeln, Medizin herstellen und deshalb weniger Patienten pro Tag betreuen können.
Die Tatsache, dass die meisten Patienten Inder oder Nepali sind, macht deutlich, dass die tibetische Medizin gut integriert ist und von der Bevölkerung angenommen wird.[334] Viele tibetische Ärzte reisen sogar zeitweise in andere Regionen Indiens, in denen noch kein tibetischer Arzt ansässig ist, um dort Patienten zu versorgen.[335] Sie fungieren hier als Wanderärzte. Dies verdeutlicht, dass es in Südasien momentan sogar eher einen Mangel an tibetischen Ärzten gibt. Jedoch müssen sie sich trotz der guten Integration neuen Herausforderungen stellen. Das Praktizieren der tibetische Medizin, so wie einst isoliert in Tibet, ist in der modernen Welt nicht mehr möglich. Die Ärzte müssen sich mit der allopathischen Denkweise von Krankheit vertraut machen. Auch die gängigen Begriffe müssen sie kennen und damit arbeiten können, denn oft kommt ein Patient mit einer Diagnose eines allopathischen Arztes zu ihnen. Daneben gibt es auch „neue“ Krankheiten, wie Krebs oder Aids, die in Tibet selten vorkamen, Heilung aber oft erwartet wird. Weitere Veränderungen sind die Forschung, das Reisen ins Ausland und das Ausbilden von Spezialisten, die es in dieser modernen Form in Tibet nicht gab. Auch das Zusammenarbeiten mit allopathischen Ärzten ist eine neue Herausforderung, der die Ärzte sich stellen müssen.
Eine Vorbildfunktion der Integration übt das Men-Tsee-Khang in Dharamsala in Zusammenarbeit mit dem allopathischen Delek Hospital aus. Hier arbeiten Ärzte aus beiden Richtungen zusammen, um dem Patienten eine optimale Versorgung zu ermöglichen. Dabei ist zu bedenken, dass die tibetische Medizin deutlich billiger ist als die allopathische und somit gerade die ärmere Bevölkerung sich auch nur die tibetische leisten kann. Es ist üblich, in diesem Fall kein oder nur wenig Geld für Medikamente vom Patienten zu verlangen. So scheint die tibetische Medizin, genauso wie das Ayurveda oder die Homöopathie, ein geeignetes Gesundheitssystem gerade für diese ärmeren Länder Südasiens zu sein.[336]

[332] Vgl. Nikolayev (1998), S. 18-22.
[333] Beispielsweise habe ich in Gangtok drei tibetische Ärzte getroffen, deren Praxen alle nicht so gut besucht waren.
[334] Vgl. 3.2.1 Ethnologie.
[335] Vgl. Interview Nr. 14.
[336] Vgl. Methfessel (1995), S. 62-63 und Asshauer (1993), S. 217.

Was die Zukunft der tibetischen Medizin in Indien und Nepal, aber auch in Europa betrifft, erklärt Dr. Namgyal Qusar:

> *„Ich denke, dass die Zukunft der tibetischen Medizin offen ist. Wir haben eine Zukunft, daran besteht kein Zweifel. Aber es ist uns auch nicht so wichtig, dass die tibetische Medizin so bekannt und verbreitet wird, wie zum Beispiel die allopathische Medizin. Das ist nicht das Ziel eines tibetischen Arztes. Sehr wichtig ist, dass der Zugang zur tibetischen Medizin immer vorhanden ist. Solange es Leiden und Krankheiten gibt, ist es wichtig zu ermöglichen, dass tibetische Medizin verwendet wird. Was sich verändert und immer stärker verringert, ist das Angebot an Pflanzen, die für die tibetische Medizin benötigt werden. Dieses begrenzte Angebot an Pflanzen ist das hauptsächliche Problem in Indien. Ich glaube, im Westen sind die Menschen sehr offen für die tibetische Medizin. Ein Problem sehe ich im bürokratischen System, das heißt eine Erlaubnis zu bekommen, die tibetische Medizin zu praktizieren bzw. die Produkte zu verschreiben. Deshalb denke ich, dass das Wachstum der tibetischen Medizin im Westen sehr langsam sein wird, bis es Forschungen über die Medikamente gibt. In Indien sind wir sehr frei. Wir können alles tun und erhalten auch eine gute Resonanz von den Menschen dort.“*[337]

Es ist erkennbar, dass es in Indien und Nepal zu einer *Inkulturation* der tibetischen Medizin gekommen ist. Dies zeigt sich an dem regen Austausch der tibetischen Ärzte mit der Bevölkerung. Das gerade in den großen Städten vor allem Inder und Nepali zu einem tibetischen Arzt gehen beweist, dass die Medizin von der Bevölkerung angenommen wird. In Bombay haben die dortigen tibetischen Ärzte von einem reichen Inder sogar neue größere Räume für ihre Praxis geschenkt bekommen. Auch der gute Kontakt mit den allopathischen Ärzten des Landes zeigt, dass sie dort schon sehr integriert ist. So überweisen sich tibetische und allopathische Ärzte gegenseitig Patienten und allopathische Ärzte helfen ihren tibetischen Kollegen beim Anfertigen von Studien über tibetische Medizin. Auf der anderen Seite müssen die tibetischen Ärzte sich vielen neuen Aufgaben stellen. Wie die Medizin sich dort oder in Europa weiter verbreitet, wird sich erst im Laufe der nächsten Jahrzehnte zeigen.

[337] S. Interview Nr. 23.

5. Diskussion

5.1 Diskussion der Methodik

Die Gestaltung der Reiseroute entstand zumeist spontan durch Weiterempfehlungen der tibetischen Ärzte. Durch die zeitliche Begrenzung von drei Monaten konnte ich einige Gebiete, wie Ladakh, nicht besuchen. Außerdem habe ich nicht die gleiche Anzahl ländlicher und städtischer Gebiete erfasst, da es einfacher war, in die großen Städte zu reisen. Auch haben die meisten Ärzte aus dieser Studie ihre Ausbildung in Dharamsala abgeschlossen. So liefert die Studie zwar einen guten Überblick über die Verhältnisse Südasiens, hat dabei aber nicht alle Gebiete gleichmäßig erfasst.

Bezüglich der Patientenvisiten ergab sich die Schwierigkeiten, dass man in den einzelnen Städten jeweils eine unterschiedliche Anzahl Patienten pro Tag findet, so dass die großen Städte mit zum Teil über 100 Patienten bei der Auswertung der Ergebnisse stärker ins Gewicht fallen. Auch der Zeitraum, den ich in den einzelnen Praxen verbringen konnte, war unterschiedlich. Bei einigen war es nur möglich, einen Tag zu bleiben, bei anderen waren drei Tage möglich. So fallen die Praxen, in denen ich mich länger aufgehalten habe, durch die größere Datenfülle bei den Ergebnissen mehr ins Gewicht.

Eine weitere Schwierigkeit stellte die Sprache dar. Obwohl die Konsultationen zumeist auf Englisch stattfanden, wurde bei einem tibetischen Patienten häufig tibetisch gesprochen. Wenn der indische Patient nicht gut Englisch sprach, hat der Arzt versucht, in seiner Sprache mit ihm zu kommunizieren. Die gleiche Problematik gab es bei den Interviews, da vor allem die älteren tibetischen Ärzte kein oder nur sehr wenig Englisch sprechen. Durch den Einsatz eines Übersetzers kann Information verloren gehen oder nicht richtig vermittelt werden. Manche Ärzte verstanden einige Fragen falsch und beantworteten sie deshalb nicht sinngemäß. Bei den Interviews mit dem Diktiergerät war oft die Aufnahmequalität schlecht, zum Beispiel durch erhöhten Straßenlärm im Hintergrund. Hierdurch gingen Informationen teilweise verloren.

Bei den Praxisvisiten kam es manchmal zu einer längeren Sprechstundenzeit, weil der Arzt mir seine Handlungen genau erklärte. Deshalb gehe ich davon aus, dass die normale Sprechstundenzeit etwas kürzer ist.

Eine weitere Schwierigkeit ist die Beschreibung der Krankheiten. Hier haben einige Ärzte den tibetischen Ausdruck verwendet oder andere nur die Symptomatik beschrieben. Die meisten jedoch haben eine konkrete, allopathisch definierte Diagnose genannt. Aus diesem Grund habe ich die Hauptbeschwerdebilder in zumeist organbezogene Kategorien unterteilt, damit eine Auswertung möglich wurde.

Während der Studie mussten sowohl an den Fragen der Interviews, als auch der Datenerhebung bei den Patientenvisiten Veränderungen vorgenommen werden. Einige Fragen er-

schienen als nicht sinnvoll zu stellen und andere wurden im Nachhinein hinzugenommen. So habe ich die Frage nach den Ursachen von Krankheiten, die jeder nach dem *Gyüshi* zitieren konnte, umgewandelt in die Frage nach den Ursachen in der heutigen Zeit. Aus diesem Grund liegen hier nicht bei allen Interviews entsprechende Antworten vor. Genauso habe ich bei den Patientenvisiten das Messen des Gewichtes und des Blutdrucks später hinzugenommen, da diese Methoden sehr häufig angewendet wurden. Dagegen wurden Ernährungs- und Verhaltensratschläge im Punkt „Ratschläge“ zusammengefasst.
Diese Kombination aus Interviews und Praxisvisiten, die sich im Laufe der Zeit verändert und auch nicht alle Gebiete vollständig erfassen, sowie die zusätzliche Dokumentation meiner Beobachtungen der tibetischen Ärzte und ihrer Umgebung, entspricht dem Prinzip der grounded theory[354]. Es handelt sich hierbei nicht nur um eine Statistik, auf der die Ergebnisse beruhen, sondern eine Kombination aus Interviews, Beobachtungen und Datenerhebungen. Somit beschreibt diese Arbeit die Bedeutung der tibetischen Medizin in Südasien durch unterschiedliche Datenerhebungsmethoden.

5.2 Diskussion der Ergebnisse

Bei der anfangs erläuterten Stellung des tibetischen Arztes in Südasien ist zu beachten, dass die meisten Ärzte dieser Studie ihre Ausbildung in Dharamsala gemacht haben und für eine der Zweigniederlassungen dieser Medizinschule arbeiten. Jedoch sind es vor allem die dort ausgebildeten Ärzte, die in die westlichen Länder reisen und das Bild der tibetischen Medizin am stärksten beeinflussen. So sind die Beschreibungen der Tätigkeitsbereiche eines tibetischen Arztes zwar sehr subjektiv von den Ärzten aus Dharamsala geprägt, beschreiben aber zutreffend, was man zumeist in Südasien, aber auch in Europa, vorfindet.
Vor allem in älterer Literatur findet man häufig die Behauptung, dass tibetische Ärzte stets Mönche sein müssen. Dies kann jedoch anhand dieser Arbeit deutlich wiederlegt werden. Selbst in Tibet gab es früher viele Laienärzte, die direkt vom Vater gelernt haben und nie in ein Kloster gegangen sind.[355]
Zur Auswertung der gesammelten Daten aus den Patientenvisiten mussten diese in Kategorien eingeteilt werden. Dabei ergab sich die Schwierigkeit, zwischen Stadt- und Landgebieten zu unterscheiden. Kleinere Städte wie Kalimpong oder Gangtok wurden wie die Dörfer in Mustang zu den Landgebieten gerechnet. So ist es möglich, zwischen weniger besiedelten Gebieten und großen Ballungsräumen zu unterscheiden. Die ethnischen Gruppen wurden in die Kategorien Asiaten, Tibeter und Europäer eingeteilt. Dabei ist die Gruppe der Europäer mit nur neun Patienten statistisch wenig aussagekräftig.

[354] Vgl. Kapitel 2.1 Methoden.
[355] Vgl. Schipperges (1978), S. 187 und Anhang Nr. 6 und 7.

Das Ergebnis, dass 74,5% der Patienten der tibetischen Ärzte Inder sind, findet man in ähnlicher Form in der Broschüre des Men-Tsee-Khang. Hier werden sogar 90% der Patienten als „Inder“ ausgewiesen. Die restlichen 10% sind entweder Tibeter oder Ausländer.[356] Was die Anzahl der Patienten pro Tag in einer Praxis betrifft, ist es ausschlaggebend, um welche Institution es sich bei den Praxen handelt. Es gibt die privaten Ärzte, die durchschnittlich weniger Patienten behandeln als die großen Institutionen, wie das Men-Tsee-Khang oder die Kunphen Medical Clinic. Es ist auch zu beachten, dass bei meinen Praxisvisiten im Norden, das heißt in Kalimpong, Dharamsala und Sikkim, die Praxen eher schlecht besucht waren, da zeitgleich ein großes Ereignis mit dem Dalai Lama in Bodhgaya stattfand und viele Tibeter, die die Mehrheit der Patienten in diesen Praxen stellen, dort waren. Im Allgemeinen sind als Mittelwert 30 bis 37 Patienten pro Tag anzusetzen.
Die durchschnittliche Häufigkeit eines Arztbesuches wurde sehr unterschiedlich angegeben. Allerdings ist es heute in Indien für viele Patienten eher möglich, einen Arzt häufiger zu konsultieren als dies in Tibet möglich war, da die räumlichen Abstände geringer sind.
Was die Zeit betrifft, die ein Arzt für einen Patienten benötigt, so ist sie mit sieben Minuten relativ kurz. Das liegt vor allem an der großen Anzahl der Patienten. Dies wird derzeit oft kritisiert, da im *Gyüshi* betont wird, dass eine sehr ausführliche Befragung, sowie ausführliche Ratschläge zu Ernährung und Verhalten, sehr wichtig seien. Dies aber sei, so die Kritik, in der kurzen Zeit nicht möglich.[357] Viele Ärzte jedoch sind der Meinung, dass es wichtig ist, zeitgemäß zu denken und somit auch mit wenig Zeitaufwand erfolgreich heilen zu können.[358]
Zur Ursache von Krankheiten in Südasien habe ich die Ärzte in den Interviews direkt befragt. Dabei stimmen die Ergebnisse mit der Literatur meistens überein. Allerdings ist es hierbei wichtig, zwischen Indern/Nepali und Tibetern zu unterscheiden, denn in der Literatur werden unterschiedliche Ursachen von Krankheiten für beide Gruppen angegeben. Diese Erfahrung wurde in den Interviews meiner Studie nicht berücksichtigt. So werden für die Tibeter vor allem falsche Ernährungsgewohnheiten als Krankheitsursache angegeben, durch die viele Magen- und Darmstörungen, sowie virale und bakterielle Infektionen entstehen können. Beispielsweise bereiten sie ihre Nahrung oft für mehrere Tage zu. Dies war im kälteren Tibet durchaus möglich, kann aber in Indien zu ernsthaften Erkrankungen führen. Auch die mangelnde Hygiene wird in diesem Zusammenhang genannt. In der wohlhabenderen Gesellschaftsschicht spielt ebenfalls die falsche Ernährung eine ursächliche Rolle. Übermäßiger Genuss von Buttertee kann zu Bluthochdruck, Herzschwäche und Schlaganfall führen.[359] Für die Inder werden als Ursache von Krankheiten ebenfalls die mangelnde Hygiene mit den daraus folgenden infektiösen Krankheiten angegeben. Im Gegensatz zu den Tibetern spielt

[356] Vgl. Men-Tsee-Khang (1995), S. 45.
[357] Vgl. Aschoff (1997), S. 102-103.
[358] Vgl. Interview Nr. 9.
[359] Vgl. Asshauer (1993), S. 214-215.

bei ihnen Unterernährung eine wichtige Rolle. In den Interviews wurde dies nicht erwähnt.[360], was damit zusammenhängen könnte, dass die ärmere Gesellschaftsschicht in Indien selten zu einem tibetischen Arzt geht.

Häufig wird kritisiert, dass die Diagnostik nicht mehr so wie im Gyüshi beschrieben durchgeführt wird[361]. Das kann anhand der Ergebnisse teilweise widerlegt werden. Die Befragung wurde mit 90,5% bei den meisten Patienten durchgeführt. Allerdings habe ich dabei nicht unterschieden, wie lange die Befragung dauerte und was genau gefragt wurde. In der Literatur wird kritisiert, dass die ausführliche körperliche Untersuchung nicht mehr angewendet wird. Diese habe ich unter dem Punkt „Beobachtung und Berührung" dargestellt und sie wird in dieser Arbeit bei ungefähr 25% der Patienten durchgeführt. Eine Aussage über die Genauigkeit kann ebenfalls nicht gemacht werden. Dass die Urindiagnostik mit 1,9% nur noch selten angewendet wird, geben die Ärzte freimütig zu, da diese zu zeitaufwendig sei.[362]

Bei der Beschreibung der Hauptbeschwerdebilder ist es wichtig, dass hier die Krankheiten erwähnt werden, mit denen ein tibetischer Arzt am häufigsten konfrontiert wird. Dies muss nicht den am häufigsten in Südasien vorkommenden Krankheiten entsprechen. Denn hier spielt es ebenfalls eine Rolle, welche Gesellschaftsschicht einen tibetischen Arzt konsultiert. Außerdem muss unterschieden werden, mit welchen Krankheiten die Patienten eher zum tibetischen oder zum allopathischen Arzt gehen. Bezüglich des Krankheitsspektrums der Tibeter werden in der Literatur vor allem Infektionskrankheiten genannt. Es kommt bei ihnen häufiger zu Tuberkulose und Hepatitis A als bei den Indern. Auch in meiner Studie findet man Infektionskrankheiten häufiger bei den Tibetern als bei den Indern. Ferner werden Magen- und Darmbeschwerden als sehr häufige Krankheitsbilder genannt, was sich ebenfalls mit den Ergebnissen meiner Studie deckt. Unter den Zivilisationskrankheiten ist Hypertonie ein vielfach vorkommendes Krankheitsbild bei den Tibetern. In meiner Studie hatten 9,9 % Bluthochdruck, das sind 2% mehr als bei den Indern. Auch Rücken- und Gelenkschmerzen kommen laut Literatur oft vor. Rheumatologische Erkrankungen sind ebenfalls in meiner Studie ein häufiges Krankheitsbild .[363] Das Krankheitsspektrum der Inder und Nepali ist dem der Tibeter sehr ähnlich. Hier werden gleichfalls Infektionskrankheiten, Durchfälle (vor allem bei Kindern) und Unterernährung genannt.[364] So stimmen diese Ergebnisse relativ gut mit denjenigen meiner Studie überein. Zu beachten ist, dass die ärmste Bevölkerung den tibetischen Arzt nicht aufsucht, deshalb werden Unterernährung und Infektionen nicht so häufig genannt wie es in der Literatur der Fall ist.

Bezüglich der Therapie wird kritisiert, dass vor allem die Ratschläge über Ernährung und Verhalten fast gar nicht, und nur mehr oberflächlich gegeben werden.[365] In dieser Studie wur-

[360] Vgl. Bhasin (1994), S. 86.
[361] Vgl. Aschoff (1997), S. 102-103.
[362] Vgl. Interview Nr. 9.
[363] Vgl. Asshauer (1993), S. 214-215 und Anhang Nr. 5.
[364] Vgl. Bhasin (1994), S. 75.
[365] Vgl. Aschoff (1997), S. 102-103.

wurden jedoch bei 60,8% der Patienten Ratschläge erteilt. Es ist zu beachten, dass viele Patienten zum ersten Mal den Arzt besuchen, so dass sie Ratschläge eventuell schon erhalten haben. Auch hier habe ich keine weitere Untersuchung über die Dauer der Gespräche und die Ausführlichkeit der Ratschläge vorgenommen. Jedoch waren diese gemäß meiner Beobachtung oft sehr ausführlich. Häufig wurde dem Patienten sogar aufgeschrieben, was er zu befolgen hat. Bezüglich der externen Therapiemethoden, die mit 3,2% sehr selten angewendet werden, lässt sich keine Aussage über die Anwendung der ihrer einzelnen Methoden machen. Hierzu ist das Patientenspektrum zu gering gewesen. Auffällig ist auch die Modernisierung der Methoden, wie beispielsweise ein moderner Schröpfkopf anstelle des ursprünglichen Metallbechers.

Über die tibetische Pharmakologie in Indien und Nepal gibt es viele Diskussionen. Deshalb ist zu beachten, dass oft nur die Meinung des einzelnen von mir interviewten Arztes wiedergegeben wird, und deshalb das Ergebnis sehr subjektiv ist. Dies betrifft unter anderem das Rezitieren von *Mantras* bei der Herstellung der Medizin. Dr. Dekhang Dorjee betont, dass die Pillen auch ohne Rezitation wirken und diese nur eine Art Verstärkung der Wirkung ist. Dagegen betrachte Dr. Gyatso genau dieses Rezitieren von *Mantras* als das Wichtigste für die Heilung.[366] Die oft in der Literatur aufgeführte Meinung, die hauptsächliche Heilung in der tibetischen Medizin würde durch Rituale stattfinden und die Pillen würden nur eine untergeordnete Rolle spielen, kann anhand dieser Studie widerlegt werden. So wird eine medikamentöse Behandlung bei 99,8% der Patienten angewendet.[367]

Auch über das Thema, ob die tibetischen Medikamente standardisiert werden sollten, gibt es sehr unterschiedliche Meinungen. Dr. Dekhang findet dies sehr wünschenswert, hingegen die Ärzte aus den entlegenen Gebieten erklärten, dass dies für sie gar nicht möglich wäre. Sie können nur die Medizin herstellen, die sie selbst sammeln und nach den Rezepten ihrer Väter zubereiten.

Die Grenzen der tibetischen Medizin beurteilen die einzelnen Ärzte sehr unterschiedlich, wobei es aber doch einige Gemeinsamkeiten gibt. Es ist zu betonen, dass man unterscheiden muss, ob man eine Krankheit heilen oder behandeln kann, wie Dr. Dorjee in seinem Interview erwähnt.[368] Gerade bei den „neuen" Krankheiten wie Krebs oder Aids behandeln die meisten Ärzte zwar ihre Patienten, können aber nicht behaupten, dass sie sie heilen können. In Dharamsala werden momentan Forschungen betrieben, um herauszufinden, bei welchen Krankheiten tatsächlich von Heilung gesprochen werden kann. Ebenso werden die Fragen, wann die tibetischen Ärzte überweisen und welche Methoden aus der tibetischen Medizin sie ablehnen, sehr individuell beantwortet und hängen zumeist auch von den äußeren Umstän-

[366] Vgl. Interview Nr. 8 und 19.
[367] Vgl. Schipperges (1978), S. 189 und Anhang Nr. 3
[368] Vgl. Interview Nr. 14.

den ab. Beispielsweise ist von Bedeutung, ob der Arzt generell die Möglichkeit besitzt, Patienten zu einem anderen Arzt zu überweisen.

Zusammenfassend ergibt sich im Vergleich zu der vorhandenen Literatur als einziger großer Unterschied die Behauptung, tibetische Ärzte würden keine ausführlichen Diagnosen und Therapien mehr stellen. Dies kann in dieser Studie widerlegt werden. Sie sind vielleicht oft nicht mehr so ausführlich, wie im *Gyüshi* beschrieben, werden aber prinzipiell angewendet und lebendig gehalten. Die restlichen Ergebnisse stimmen jedoch, wie oben aufgeführt, relativ gut mit den Ergebnissen aus der vorhandenen Literatur überein.

6. Zusammenfassung

Die vorliegende Studie beschäftigt sich damit, wie die tibetische Medizin in Südasien praktiziert wird und ob eine *Inkulturation* stattgefunden hat.
Momentan existiert kein einheitliches medizinisches System, welches den tibetischen Arzt definiert. Es gibt die großen Institute, wie das Men-Tsee-Khang in Dharamsala, an denen man studieren kann und anschließend ein Diplom erhält. Außerdem findet man Ärzte, die beim Vater oder bei verschiedenen Ärzten privat gelernt haben. Die tibetischen Ärzte haben häufig neben ihrer Praxisarbeit noch weitere Tätigkeitsbereiche. Dazu gehören Forschungen über tibetische Medikamente, die Übersetzung ihrer Texte ins Englische oder das Reisen in andere Gebiete Südasiens, sowie ins Ausland. Andere wiederum arbeiten in bestimmten Fachbereichen der Institute, wie zum Beispiel der Pharmakologie.
Anhand der Frage, wer einen tibetischen Arzt konsultiert erkennt man, dass 85,5% der Patienten aus den großen Städten kommen. Diese fallen in der Studie am meisten ins Gewicht, weil in den Städten mehr Patienten pro Tag behandelt werden. 74,5% der Patienten sind Asiaten, vor allem Inder und Nepali, während fast 25% der Patienten Tibeter sind. Das Alter der meisten Patienten liegt zwischen 30 und 40 Jahre. Die durchschnittliche Anzahl der Patientenbesuche liegt bei ca. 30 pro Tag. Dabei sind die Praxen in den großen Städten mit 50 bis 200 Patienten pro Tag besser besucht. Hier werden auch häufig mehrere Ärzte eingesetzt. Im Norden kommen weniger Patienten pro Tag zum Arzt, wobei hier die meisten Patienten Tibeter sind. Dagegen sind es in den südlichen großen Städten vor allem Inder, die den tibetischen Arzt konsultieren. Die Häufigkeit eines Arztbesuches ist abhängig von der Krankheit und der Entfernung des Patienten zum Arzt. Durchschnittlich kommt ein Patient alle 7 bis 14 Tage so oft wieder, bis er gesund ist. Die Zeit, die ein Arzt für einen Patienten benötigt, beträgt ca. sieben Minuten. Sie ist allerdings bei den hochfrequentierten Praxen geringer und den weniger frequentierten auch teilweise deutlich höher. Werden externe Therapiemethoden angewendet, benötigt der Arzt durchschnittlich 14 Minuten. Bei Tibetern ist die Zeit etwas kürzer als bei den Indern. Bei neuen wird etwas mehr Zeit als bei bekannten Patienten benötigt.
Was die Ursache von Krankheiten betrifft, so werden hier vor allem falsche Ernährung und falsches Verhalten genannt. Abhängig von der Gesellschaftsschicht findet man bei den ärmeren eher mangelnde Hygiene und Alkoholprobleme. Bei den Reicheren ist vor allem falsche Ernährung durch zu fette und süße Speisen, sowie Stress zu nennen. Letzteres führt meistens noch zu geistigen Problemen, wie Depression, Ängste oder Neurosen.
Die am häufigsten angewendeten diagnostischen Methoden der tibetischen Medizin sind die Pulsdiagnostik zu 95,3% und die Befragung zu 90,5%. Die Urindiagnostik ist mit 1,9% das seltenste diagnostische Verfahren. Die Zungen- und Augendiagnostik, sowie die Beobach-

tung und die Berührung werden bei ca. 25% der Patienten angewendet. Außerdem setzen die tibetischen Ärzte Methoden aus der allopathischen Medizin, wie die Blutdruckmessung zu 11,2% und das Messen des Gewichts zu 26,7%, ein. Durchschnittlich werden bei den Indern und Nepali mehr Methoden angewendet als bei den Tibetern.

Die Krankheiten, mit denen ein tibetischer Arzt hauptsächlich konfrontiert wird, sind gastroenterologische Beschwerden zu 35,8% und rheumatologische Krankheiten zu 25,4%. Hierbei treten deutliche Nord-Süd Unterschiede auf. Im Norden gibt es häufiger Leberprobleme durch zu viel Alkohol, sowie Tuberkulose, Erkältungen, Magenbeschwerden und Arthrose. Im Süden dagegen findet man oft Diabetes mellitus, Hypertonie, Magenbeschwerden, Arthritis, geistige Krankheiten, Krebs und Hautkrankheiten. Bei den Indern tritt der Diabetes mellitus überdurchschnittlich häufig auf, während es bei den Tibetern häufiger zu Infektionen (vor allem Tbc und Hepatitis), Kopfschmerzen und Erkältungen kommt.

Therapiert wird vor allem mit Medikamenten (100%) und Ratschlägen zu Ernährung und Verhalten (60,8%, bei neuen Patienten 82,8%). Rituelle Behandlungen konnten nur viermal erfasst werden und externe Therapiemethoden kamen mit 3,2% selten vor. Sie wurden vor allem bei Tibetern angewendet. Der Heilerfolg wird zumeist am Puls und Erscheinungsbild des Patienten überprüft. Zur Prävention werden allgemeine Ratschläge, wie zum Beispiel eine positive geistige Einstellung und spezielle Ratschläge gegeben. Dazu gehören Empfehlungen entsprechend der Jahreszeit oder des Konstitutionstyps. Auch Medikamente werden zur Vorbeugung verabreicht.

Die tibetischen Medikamente werden heute zumeist von den großen Instituten produziert und an die Ärzte verteilt. Dies ist auf dem Land nicht der Fall. Hier produzieren und sammeln viele Ärzte ihre Medizin noch selbst. Die Anzahl der Pillen, die ein Arzt durchschnittlich verwendet, liegt zwischen 100 und 200. Andere wiederum verfügen nur über 30 bis 70 Medikamente.

Was die Grenzen der tibetischen Medizin betrifft, werden sie von den Ärzten zumeist selbst deutlich gesetzt. Auf die Frage, welche Krankheiten sie nicht heilen können, werden vor allem *karmische* Krankheiten, sehr alte Krankheiten und auch spezielle Krankheitsbilder wie Krebs, Aids oder Epilepsie genannt. Wenn die Ärzte nicht mehr weiterbehandeln können, überweisen sie oft entweder zu einem erfahreneren tibetischen Arzt oder zu einem allopathischen Kollegen. Auf dem Land haben die Ärzte dazu weniger die Möglichkeit. Von ihren eigenen medizinischen Methoden lehnen sie vor allem die Chirurgie, die ohne Betäubung und mit sehr primitiven Instrumenten durchgeführt wird ab, da sie nicht mehr zeitgemäß ist.

Viele tibetische Ärzte betrachten die allopathische Medizin als eine Ergänzung zu ihrem System und arbeiten auch gerne zusammen. Vor allem bei Operationen, Notfällen und Infektionen überweisen sie häufig zu einem europäischen Kollegen. Dagegen kritisieren sie die che-

chemischen Medikamente mit entsprechenden Nebenwirkungen und das häufige Fehlen von *Mitgefühl* zum Patienten.

Zusammenfassend zeigt sich, dass die *Inkulturation* der tibetischen Medizin in Südasien in großem Umfang stattgefunden hat. Die Praxen sind gut besucht, nicht nur von Tibetern, sondern vor allem von der einheimischen Bevölkerung.

Literaturverzeichnis

[1] (Ohne Autor): Tibet seit 1950: Schweigen Gefängnis oder Exil. Frankfurt: Zweitausendeins Verlag, 2000, S. 35

[2] Amipa-Desam, Tendhon: Klassische Tibetische Medizin. München: Ehrenwirth, 2000, S. 14-57

[3] Aschoff, Jürgen; Rösing, Ina (Hgg): Tibetan Medicine. „East meets West, West meets East“. Ulm: Fabri, 1997, S. 79-109

[4] Asshauer, Egbert: Heilkunst vom Dach der Welt. Tibets sanfte Medizin. Freiburg: Herder, 1993

[5] Asshauer, Egbert: Gesund bleiben mit der Heilkunst der Tibeter. Stuttgart: TRIAS, 1999, S. 9-27

[6] Badmajeff, Wladimir: Lung Tripa Bäkän. Grundzüge der tibetischen Medizin. Ulm: Fabri, 1994, S. 25-27

[7] Bhasin, M.K.; Walter, H.; Danker-Hopfe, H. (Hgg): People of India. Delhi: Kamla-Raj Enterprises, 1994, S. 75-132

[8] Borghardt, Tilman: Homöopathie in Indien. Berg: Barthel & Barthel, 1990, S. 10-11 und S. 277-283

[9] Choedrak, Tenzin: Ganzheitlich leben und heilen. Freiburg: Herder, 1994, S. 100-110

[10] Clark, Barry: Die Tibeter-Medizin. Bern: O. W. Barth, 1997

[11] Clifford, Terry: Tibetische Heilkunst. Bern: O. W. Barth, 1989

[12] Clifford, Terry: Tibetan Buddhist Medicine & Psychiatry. The Diamond Healing. Delhi: Motilal Banarsidass Publishers Private Limited, 2001

[13] Curic, Anton: Die sanfte Heilkunst der Tibeter. Köln: Eco Verlag, 1998

[14] Dash, Vaidya Bhagwan (Hgg.): Encyclopaedia of Tibetan Medicine. Vol.2: Indian Medical Science. Delhi: Sri Satguru Publications, 1994, S. 187-190

[15] Department of Ayurveda, Yoga & Naturopathy, Unani, Siddha and Homoeopathy (AYUSH) (ed.): Unani Medicine in India. New Delhi: Central Council for Research in Unani Medicine, 2004, S. 3-6

[16] Donden, Yeshi: Health trough balance. Ithaca New York: Snow Lion Publications, 1986

[17] Dummer, Thomas G.: Tibetan medicine and other holistic health-care systems. New Delhi: Paljor Publications, 1994

[18] Feyerer, Gabriele: Padma 28 und andere tibetische Kräutermittel. Aitrang: Windpferd, 2001, S. 128-129

[19] Finckh, Elisabeth: Grundlagen tibetischer Heilkunde Band 1. Uelzen: Medizinisch literarische Verlagsgesellschaft, 1975, S.11-13

[20] Khangkar, Dolkar: Tibetan Medicine. The Buddhist Way of Healing. New Delhi: Lustre Press Roli Books, 1998, S. 22-41

[21] Khangkar, Lobsang Dolma: Lectures on Tibetan Medicine. Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1986

[22] Kletter, Christa; Kriechbaum, Monika: Tibetan Medical Plants. Stuttgart: Medpharm Scientific Publischers, 2001, S. 10-13

[23] Lama, Dalai: Botschaft des Friedens. Eurasburg: Param Verlag, 1991, S. 15-63

[24] Men-Tsee-Khang (ed.): Fundamentals of Tibetan Medicine. New Delhi: Indraprastha Press, 1995

[25] Men-Tsee-Khang (ed.): An Information Guide. New Delhi: Indraprastha Press, 1999, S. 25-36

[26] Methfessel, Thomas: 35 Jahre Tibeter im Exil. Marburg: In Eigenverlag, 1995, S. 30-63

[27] Nikolayev, Sergei M.: Tibetan Medicine in questions and answers. Ulan-Ude, 1998, S. 18-22

[28] Nydahl, Lama Ole: Wie die Dinge sind. Eine zeitgemäße Einführung in die Lehre Buddhas. München: Knaur, 2004

[29] Parfionovitch, Yuri (Hgg.): Tibetan Medical Paintings 1. New York: Harry N. Abrams Incorporated, 1992, S. 21-24

[30] Qusar, Namgyal; Sergent, Jean-Claude: Tibetische Medizin und Ernährung. München: Knaur, 1997, S.95-119

[31] Reichle, Franz: Das Wissen vom Heilen. Bern: P. Haupt, 1997

[32] Rinpoche, Trogawa: Vorträge und Seminare veranstaltet vom Verein Chakpori von 8. bis 10. Juli 1988. Wien: Chakpori – Gesellschaft zur Förderung der Tibetischen Medizin und Kultur, 1988, S. 9-26 und S. 93-96

[33] Schipperges, Heinrich u.a. (Hgg.): Krankheit, Heilkunst, Heilung. Freibug/München: K. Alber, 1978, S. 179-192

[34] School, Teachers, Clinic. In: Chagpori News. Publication of Chagpori Tibetan Medical Institute 1 (1993), S. 10-14

[35] Schweppe, Ronald; Schwarz, Aljoscha: Tibetische Heilkunst. München: Econ und List, 1998, S. 23-31 und S. 141-153

[36] Seegers, Manfred: Wissen über Meditation. Sulzberg: Joy Verlag, 2004, S. 88-100

[37] The Main Methods of Diagnosis. In: sMan-rTsis Journal of the Tibetan Medical and Astro Institute Men-Tsee-Kang 1 (1995), S. 40-46

[38] Trungpa, Chögyam: The live of Marpa the translator. Boston: Shambala, 1995, S. xix-xxvii

[39] Tsewang, J.Tsarong; Meyer, Fernand; Asshauer, Egbert (Hgg.): Tibet und seine Medizin. 2500 Jahre Heilkunst. Innsbruck: Pinguin, 1992, S. 9-15

[40] Tutsch, Dagobert; Boss, Norbert; Wangerin, Günter (Hgg.): Lexikon Medizin. München: Urban & Schwarzenberg, 1997, S. 989

Anhang

Statistische Auswertung der Patientenfragebögen

(Ausgefüllt im Zeitraum von Dezember 2002 bis Februar 2003)

<u>Anhang 1: Ethnologische Daten</u>

Es wurden 475 Patienten erfasst. Sie werden zur Auswertung folgendermaßen unterteilt:

Tab. 1: Anzahl der Patienten in Abhängigkeiten vom behandelnden Arzt und Ort seiner Praxis.

behandelnder Arzt	Anzahl der Patienten (Gesamtzahl)	Ort der ärztlichen Tätigkeit	Anzahl der Patienten pro Ort
Dr. Deyang Dr. Choekey Dr. Dhakpa	26 20 08	Kathmandu	54
Dr. Soepa	05	Kalimpong	5
Dr. Keldor	13	Gangtok	13
Dr. Dorjee1	50	Bangalore	50
Dr. Dolma	88	Bombay	88
Dr. Pema Dr. Kartsang	33 97	Neu Delhi Nizamuddin	130
Dr. Dorjee2	103	Neu Delhi / Majnukatilla	103
Dr. Chungthak Dr. Dorjee3	18 14	Dharamsala	32

<u>Geschlechterverteilung:</u> w: 241 Patienten (50,7%) m: 234 Patienten (49,4%)

<u>Unterteilung in Stadt - und Landpatienten:</u>

Stadt: Kathmandu, Bangalore, Bombay, Neu Delhi: 425 Patienten (89,5%)

Land: Kalimpong, Gangtok, Dharamsala: 50 Patienten (10,5%)

<u>Unterteilung in Nord -, Zentral - und Südindien:</u>

Nordindien/Nepal: Kathmandu, Kalimpong, Gangtok, Dharamsala: 104 Patienten (21,9%)

Zentralindien: Neu Delhi: 233 Patienten (49,1%)

Südindien: Bangalore, Bombay: 138 Patienten (29,1%)

<u>Unterteilung in Erstbesuche und wiederholte Besuche (bekannte Patienten):</u>

Es werden 403 Patienten erfasst, da ich bei 72 Patienten aus Kathmandu, Gangtok und Kalimpong noch nicht danach gefragt habe.

Erstbesuche: 99 Patienten w = 52, m = 47

Bekannter Patient: 304 Patienten w = 158, m = 146

Nicht erfasst: 72 Patienten

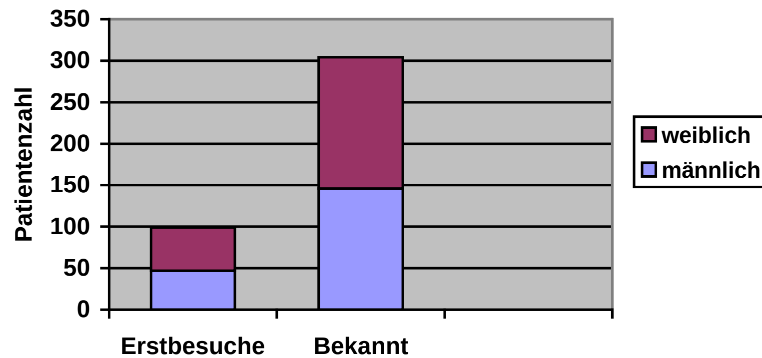


Abbildung 1: Anzahl der Erstbesuche und der bekannten Patienten.

Ethnie:

Zur Vereinfachung wurden die Patienten in drei ethnologische Gruppen unterteilt:

1. **Asiaten:** Inder, Nepali, Chinesen, Koreaner, Mongolen
2. **Tibeter:** das Ursprungsvolk der tibetischen Medizin
3. **Europäer:** Europäer, Amerikaner, Russen (da die meisten Patienten aus dieser Gruppe Europäer sind, wird sie zur Vereinfachung so bezeichnet)

Asiaten: 354 Patienten (74,5%) **Tibeter:** 112 Patienten (23,6%) **Europäer:** 9 Patienten (1,9%)

Da nur 9 Europäer erfasst wurden, ist zu berücksichtigen, dass dieses Ergebnis in der weiteren Statistik nicht aussagekräftig ist.

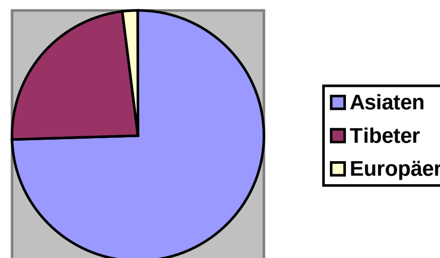


Abbildung 2: Prozentualer Anteil an Asiaten, Tibetern und Europäern die einen tibetischen Arzt aufsuchen.

Alter:

Die Patienten wurden in sieben Altersgruppen unterteilt, wobei sich folgende Zahlen ergeben:

Tab. 2: Anzahl der Patienten in den Altersgruppen und weitere Unterteilung nach dem Geschlecht.

	0-10	**11-20**	**21-30**	**31-40**	**41-50**	**51-60**	**>60**
Patienten gesamt	17	32	85	115	87	65	74
weiblich	5	17	38	68	42	38	33
männlich	12	15	47	47	45	27	41

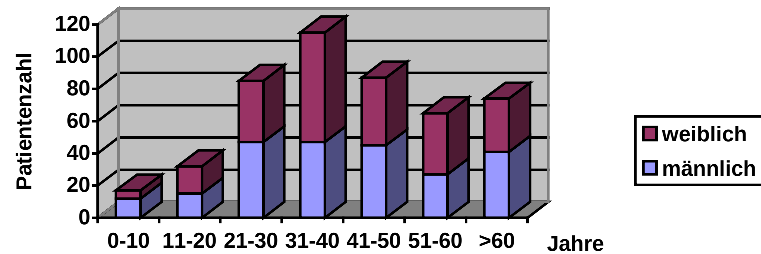


Abbildung 3: Anzahl der Patienten in Abhängigkeit von Alter und Geschlecht.

Anzahl der Patienten pro Tag in den Arztpraxen:

Es handelt sich hierbei um Durchschnittswerte, abhängig von der Zeit, in der die Daten erhoben wurden. Die Patienten von Dr. Choekey wurden während einer Tibetausstellung untersucht und werden im Folgenden nicht berücksichtigt.

Tab. 3: Anzahl der Patienten pro Tag in Abhängigkeit vom behandelnden Arzt und seinem Wohnort. Bei mehreren Ärzten pro Praxis wird die Anzahl der Ärzte mit der Anzahl der Patienten multipliziert, so dass man die Gesamtzahl der Patienten pro Tag für diese Praxis erhält.

Konsultierter Arzt	Stadt	Ärzte pro Praxis	Patienten pro Tag pro Arzt	Patienten pro Tag pro Praxis
Dr. Deyang	Kathmandu	1	10	10
Dr. Dhakpa	Kathmandu	1	64	64
Dr. Soepa	Kalimpong	1	3	3
Dr. Keldor	Gangtok	1	8	8
Dr. Dorjee	Bangalore	3	18	54
Dr. Dolma	Bombay	2	36	72
Dr. Pema u. Dr. Kartsang	Delhi/Nizzamuddin	3	65	195
Dr. Dorjee	Delhi/Majnukatilla	2	52	104
Dr. Chungthak u. Dr. Dorjee	Dharamsala/McLeod Ganj	3	17	51

Vergleich Stadt – Land bzw. Nordindien/Nepal – Zentralindien – Südindien:

Hierbei wird nur die durchschnittliche Anzahl der Patienten pro Tag pro Praxis angegeben.

Stadt: 83 Patienten

Land: 21 Patienten

Nordindien/Nepal: 27 Patienten

Zentralindien: 150 Patienten

Südindien: 63 Patienten

Anhang 2: Diagnostische Methoden

1. Pulsdiagnostik
2. Urindiagnostik
3. Zungendiagnostik
4. Befragung
5. Augendiagnostik
6. sonstige Inspektion des Körpers
7. Palpation des Körpers
8. Erfassen des Blutdrucks
9. Erfassen des Gewichts

Tab. 4: Gesamtergebnis der diagnostischen Methoden in Prozent, und weitere Aufteilung der Ergebnisse für Stadt- und Landpatienten, bekannte Patienten und Erstbesuche, unterschiedliche ethnologische Gruppen und die sieben oben erwähnten Altersgruppen. Für einen Patienten wurden zumeist mehrere diagnostische Methoden angewendet, so dass es hierbei zu Überschneidungen kommt.
(Befrag. = Befragung, Inspek. = sonstige Inspektion des Körpers, Palp. = Palpation des Körpers, Blutd. = Erfassen des Blutdrucks, Gew. = Erfassen des Gewichts).

Diagnostik / Kategorien	Puls	Urin	Zunge	Befrag.	Augen	Inspek.	Palp.	Blutd.	Gew.
Gesamtergebnis	95,3	1,9	25,9	90,5	23,5	23,6	31,8	11,2	26,7
Stadt	95,1	1,7	26,6	89,6	23,5	24,7	32,7	9,6	24,0
Land	98,0	4,0	18,0	98,0	24,0	14,0	24,0	24,0	2,0
Bekannter Patient	94,7	1,6	22,7	87,5	20,4	23,7	27,0	10,2	33,2
Erstbesuch	96,7	0,0	34,4	93,9	30,3	25,3	44,4	11,1	24,2
Asiaten	94,9	1,1	27,1	87,9	24,3	25,4	32,8	9,6	34,5
Tibeter	96,4	4,5	22,3	99,1	22,3	17,9	29,5	15,2	3,6
Europäer	100	0,0	11,1	88,9	11,1	22,2	22,2	22,2	11,1
0-10 Jahre	100	0,0	64,7	88,2	47,1	41,2	47,1	0,0	23,5
11-20 Jahre	96,7	0,0	25,0	81,1	40,6	43,8	18,8	0,0	37,5
21-30 Jahre	98,8	3,5	25,9	96,5	23,5	16,5	24,7	4,7	28,8
31-40 Jahre	96,5	4,4	23,5	91,3	23,5	14,8	32,2	8,7	24,3
41-50 Jahre	92,0	0,0	25,3	90,8	24,1	25,3	40,2	17,2	32,1
51-60 Jahre	95,4	1,5	21,5	93,8	21,5	27,7	32,3	10,8	21,5
>60 Jahre	91,1	0,0	23,3	95,9	12,3	27,4	30,1	23,3	23,3

Graphiken:

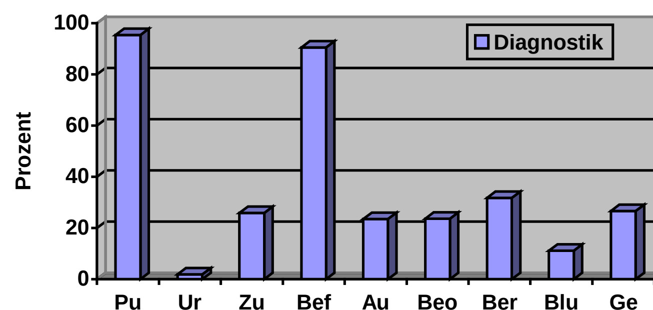


Abbildung 4: Angewendete diagnostische Methoden in Prozent (Pu = Pulsdiagnostik, Ur = Urindiagnostik, Zu = Zungendiagnostik, Bef = Befragung, Au = Augendiagnostik, Beo = Beobachtung, Ber = Berührung, Blu = Erfassen des Blutdrucks, Ge = Erfassen des Gewichts).

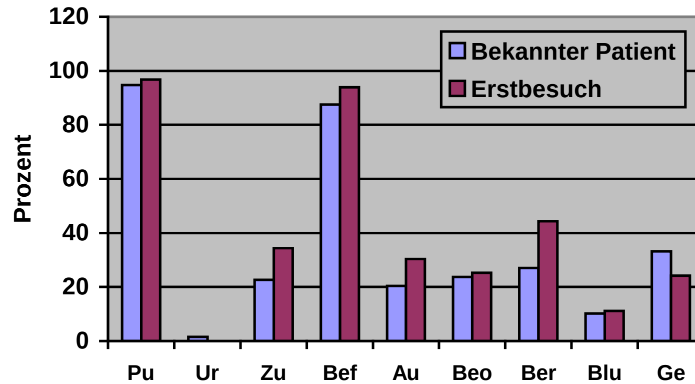


Abbildung 5: Angewendete diagnostische Methoden in Prozent in Abhängigkeit von Erstbesuchen und bekanntem Patienten (Pu = Pulsdiagnostik, Ur = Urindiagnostik, Zu = Zungendiagnostik, Bef = Befragung, Au = Augendiagnostik, Beo = Beobachtung, Ber = Berührung, Blu = Erfassen des Blutdrucks, Ge = Erfassen des Gewichts).

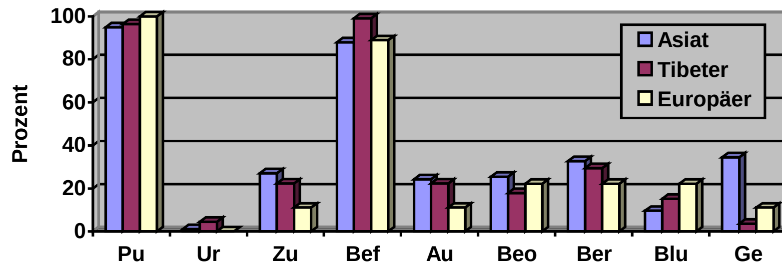


Abbildung 6: Angewendete diagnostische Methoden in Prozent in Abhängigkeit von der ethnologischen Gruppe (Pu= Pulsdiagnostik, Ur = Urindiagnostik, Zu = Zungendiagnostik, Bef = Befragung, Au = Augendiagnostik, Beo = Beobachtung, Ber = Berührung, Blu = Erfassen des Blutdrucks, Ge = Erfassen des Gewichts).

Weitere seltene diagnostischen Methoden:

1. Krafttest (13mal = 2,7%)
2. Bewegungstest (achtmal = 1,7%)
3. Blutzuckerbefund (viermal = 0,8%)
4. Befunde wie CT, Röntgen, Blutbild (zwölfmal = 2,5%)
5. Augenbewegungstest (dreimal = 0,6%)
6. Sehprüfung (einmal)
7. Sputumuntersuchung (einmal)
8. Überprüfung der Stärke der Haare (einmal)

Wann wurde teilweise keine Pulsdiagnostik gemacht?

1. Wenn ein Patient mit externen Therapiemethoden behandelt wurde.
2. Wenn ein Verwandter die Medizin für einen Patienten abholt.
3. Bei Hausbesuchen.

Anhang 3: Therapiemethoden

1. Ratschläge: zu Ernährung und Verhalten

2. Medikamente: tibetische Pillen und Juwelenpillen

3. Rituelle Behandlung: Gebete und Rezitation des *Medizinbuddhamantras* (viermal)

4. Externe Behandlung: Sie wurde insgesamt 17 mal angewendet, dabei handelt es sich im Einzelnen um: (prozentualer Anteil von den gesamten angewendeten externen Therapien)

a) ***Massage*** (zweimal = 11.8%)

b) Eine ***Juwelenpille,*** die um den Hals gehängt wurde (einmal = 5.9%).

c) Der ***goldene Hammer***: Ein goldener Stab wird über dem Feuer erhitzt und bei dem Patienten auf Punkte des Körpers gesetzt, an dem sich Meridiane kreuzen wie auf der Fontanelle (einmal = 5,9%).

d) ***Brennen*** mit einem Holzstab: Der Holzstab wird entweder durch Reibung auf einem Brett oder durch Feuer erhitzt und ebenfalls auf bestimmte Punkte des Körpers gesetzt (sechsmal = 35,3%)

e) ***Schröpfen*** mit einer Vakuumröhre: Die Röhre wird auf bestimmte Punkte des Körpers gesetzt und dabei ein Vakuumdruck erzeugt. Dies ersetzt die traditionelle Methode, bei der in eine Schale brennendes Papier gelegt wird und diese dann ebenfalls auf den Körper gesetzt wird. (siebenmal = 41,2%)

Tab. 5: Gesamtergebnis der Therapiemethoden in Prozent, und weitere Aufteilung der Ergebnisse für Stadt - und Landpatienten, bekannte Patienten und Erstbesuche, unterschiedliche ethnische Gruppen und die verschiedenen Altersgruppen.

Therapie / Kategorien	Ratschläge	Medikamente	Rituelle Behandlung	Externe Behandlung
Gesamtergebnis	60,8	99,8	1,1	3,2
Stadt	62,4	99,8	1,8	3,1
Land	48,0	100	0,0	4,0
Bekannte Pat.	53,6	100	1,3	3,3
Erstbesuch	82,8	100	1,0	3,0
Asiaten	63,5	100	1,4	2,3
Tibeter	50,9	100	0,0	6,3
Europäer	77,7	88,9	0,0	0,0
0-10 Jahre	64,7	100	0,0	0,0
11-20 Jahre	62,5	100	0,0	0,0
21-30 Jahre	65,9	100	1,2	3,5
31-40 Jahre	62,6	99,1	0,0	5,2
41-50 Jahre	58,6	100	1,1	3,4
51-60 Jahre	58,5	100	1,5	0,0
>60 Jahre	54,8	100	2,7	4,1

Graphiken:

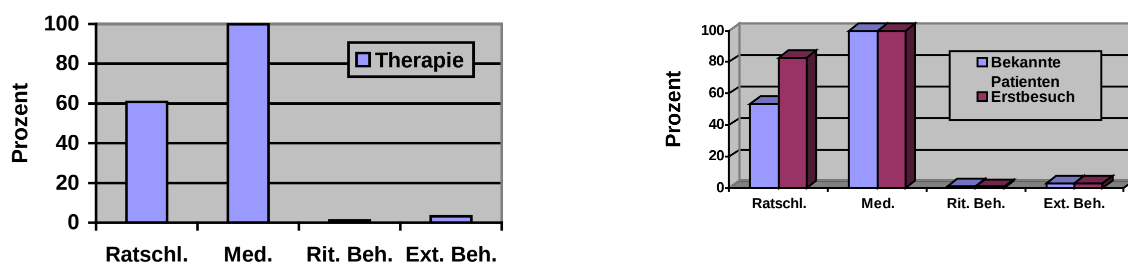


Abbildung 7/8: Angewendete Therapiemethoden in Prozent generell und unterschieden in Erstbesuche und bekannte Patienten (Ratschl. = Ratschläge, Med. = Medikamente, Rit. Beh. = rituelle Behandlung, ext. Beh. = externe Behandlung).

Anhang 4: Sprechstundenzeit pro Patient

(M = Mittelwert in mm:ss, σ = Standartabweichung)

1. Durchschnittliche Sprechstundenzeit pro Patient: **M = 7:13** Minuten, σ = 4:18

2. Durchschnittliche Sprechstundenzeit in Abhängigkeit von der Anzahl der Patienten pro Tag:
Die Ärzte werden hierbei zu ihrem Schutz verschlüsselt dargestellt. Ihre Anzahl an Patienten pro Tag wird zur Vereinfachung nach wenig frequentierten, mittelfrequentierten und hochfrequentierten Praxen unterschieden.

Tab. 6: Durchschnittliche Sprechstundenzeit der in Anhang 1 aufgeführten Ärzte (nummeriert von 1 bis 12) in Abhängigkeit von ihrer Anzahl Patienten pro Tag: A: wenig frequentierte Praxis (< 10 Patienten pro Tag), B: mittel frequentierte Praxis (10 – 50 Patienten pro Tag), C: hoch frequentierte Praxis (> 50 Patienten pro Tag). M = Mittelwert in mm:ss, Pat/d = Patienten pro Tag.

Arzt	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**
M	12:19	7:16	4:01	6:58	5:16	6:26	7:47	11:00	6:47	5:50	6:19	5:28
Pat/d	B	A	C	B	B	B	B	A	C	C	C	B

3. Durchschnittliche Sprechstundenzeit ohne externe Behandlungsmethode: **M = 6:59** σ = 3:48

4. Durchschnittliche Sprechstundenzeit mit externen Behandlungsmethoden: **M = 14:19** σ = 9:55

5. Vergleich der Sprechstundenzeiten bei Stadt – und Landpatienten, Erstbesuchen oder bekannten Patienten, den ethnologischen Gruppen und den unterschiedlichen Altersgruppen:

Tab. 7: Durchschnittliche Sprechstundenzeit für einen Patienten unterteilt in Stadt- und Landpatienten, in Erstbesuche (neu) und bekannte Patienten (bek.), in die ethnologischen Gruppen Asiaten, Tibeter und Europäer und in die unterschiedlichen Altersgruppen wie in Tab. 2 erläutert. (M = Mittelwert in mm:ss, σ = Standartabweichung)

Kategorie	**Stadt**	**Land**	**Neu**	**Bek.**	**Asiat**	**Tibet**	**Europ**	**-10**	**-20**	**-30**	**-40**	**-50**	**-61**	**>60**
M	7:10	7:37	8:57	6:46	7:21	6:34	9:54	6:09	5:56	6:47	7:25	7:50	6:34	8:04
σ	4:22	3:49	5:03	4:00	4:24	3:26	-----	2:58	3:34	5:14	3:59	4:59	3:16	3:55

Anhang 5: Hauptbeschwerdebilder

Zur Vereinfachung wurden die Krankheiten in bestimmte Kategorien zusammengefasst. Häufig vorkommende Krankheitsbilder werden separat aufgeführt. Zu den Kategorien gehören:

1. Gastroenterologische Krankheiten (Gas): Gastritis, Obstipation, Diarrhoe, Nausea, Sodbrennen, unklare Bauchschmerzen, Appetitlosigkeit, Erbrechen, Ulcus, Verdauungsstörungen, Amöben, unklarer Gewichtsverlust durch Magen-Darmerkrankungen

2. Krankheiten aus dem rheumatologischen Formenkreis (RM): Arthritis, Gicht, Spondylitis

3. Leber- und Gallenerkrankungen (Hep): Leberbeschwerden durch z.B. Alkohol oder Drogen, Cholezystitis, Cholelithiasis, Ikterus, Z.n. Gallenblasenektomie, Ascites

4. Hämatologische Krankheiten (Häm): Anämien, Leukokorie, Milzbeschwerden, Splenomegalie

5. Herz und Kreislauf (Kar): Arteriosklerose, Angina Pectoris, Varikosis, Durchblutungsstörungen

6. Nephrologische Krankheiten (Neph): z.B. Nierensteine

7. Neurologische Krankheiten (Neu): Paralysen, Hemiparesen, ZNS Störungen, Apoplex, Epilepsie, Schwindel, Kleinhirnstörungen, M. Parkinson, Migräne

8. Unfälle (Unf): Rückenbeschwerden, Lähmungen, Bein, Kopf und Schulterschmerzen nach Unfällen

9. Dermatologische Krankheiten (Der): Akne, Juckreiz, Ekzem, Psoriasis

10. Pneumatologische Krankheiten (Pneu): Asthma, Bronchitis, Atemnot

11. Neoplastische Krankheiten (Neo): Knochenkrebs, Hirntumor, Oligodendrogliom, Mammakarzinom, Cervixkarzinom, Lungenkrebs, multiples Melanom, Leukämie, Ovarialkarzinom

12. Urologische Krankheiten (Uro): Inkontinenz, Harnblaseninfektion, Nykturie, Ureterstein, Prostatabeschwerden, Impotenz

13. Psychiatrische Krankheiten (Psy): Schlafstörungen, Streß, Depression

14. HNO Krankheiten (HNO): Kehle, Ohrenschmerzen, Otitis, Taubheit, Halsschmerzen, Schwerhörigkeit, Tinnitus

15. Infektionskrankheiten (Inf): Syphilis, Typhus, Malaria, Lepra, Influenza, Hepatitis B

16. Gynäkologische Krankheiten (Gyn): Menstruationsbeschwerden, Amenorrhoe, Dysmenorrhoe, Uterusinfektion, unspezifische Unterleibsschmerzen, Z.n. Fehlgeburten, Schwangerschaftsprobleme, Z.n. Todgeburt, Cervixbeschwerden

17. Schilddrüsenkrankheiten (Schi): Hypothyreose, Hyperthyreose

18. Sonstige Krankheiten (So): Zungenbeschwerden, Zahnschmerzen, Sehschwäche, Hernien, Haarausfall, Ödeme, Muskeldystrophie, Sarkoidose

19. Prophylaxe (Pro): zur Erhaltung der Gesundheit, zum Muskelaufbau

20. Spezifische Krankheiten: Allergien (Al), Diabetes mellitus (DM), Hypertonie (Hyp), Kopfschmerzen (KS), Erkältung (Erk), Husten (Hus), Mandelentzündung (ME), Rückenschmerzen (RS)

Es wurden insgesamt 820 Krankheiten bei 456 Patienten erfasst. Es ist zu beachten, dass für einen Patienten mehrere Krankheitsbilder auftreten können. Die Unterschiedliche Gesamtzahl an Patienten ergibt sich daraus, dass nicht für jeden Patienten ein Krankheitsbild erfasst werden konnte, da manche Ärzte teilweise keine Angabe dazu gemacht haben.
Im Folgenden werden die Häufigkeiten der unterschiedlichen Krankheitsbilder tabellarisch erfasst.
Dabei werden wichtige Ergebnisse zur Verdeutlichung fett markiert.

Tab. 8: Prozentuale Häufigkeit der beim tibetischen Arzt vorkommenden Krankheitsbilder. KH: Krankheiten, G: Gesamtzahl des Krankheitsbildes bei den 456 Patienten. P: Häufigkeit des Krankheitsbildes in Prozent = Anzahl des Krankheitsbildes / Gesamtzahl der Patienten. Die Abkürzungen der Krankheiten werden auf Seite 94 erläutert.

KH	Gas	RM	Hep	Häm	Kar	Neph	Neu	Unf	Der	Pneu	Neo	Uro	Psy	HNO	Inf	Gyn	Schi	So	Pro	Al	DM	Hyp	KS	Erk	Hus	ME	RS
G:	163	116	36	18	22	23	26	8	33	22	18	15	21	17	11	37	8	19	2	9	30	35	26	39	19	8	39
P	35,8	25,4	7,9	4,0	4,8	5,0	5,7	1,8	7,2	4,8	4,0	3,3	4,6	3,7	2,4	8,1	1,8	4,2	0,4	2,0	6,6	7,7	5,7	8,6	4,2	1,8	8,6

Tab. 9: Häufigkeit der beim tibetischen Arzt vorkommenden Krankheitsbilder prozentual in den einzelnen Städten. Gesamtzahl der untersuchten Patienten in: Bangalore (Ba): 50 Patienten, Bombay (Bo): 88 Patienten, Dharamsala (Dh): 32 Patienten, Gangtok (G): 13 Patienten, Kalimpong (K): 5 Patienten, Kathmandu (KT): 35 Patienten, Delhi / Majnukatilla (DM): 103 Patienten, Delhi / Nizamuddin (DN): 130 Patienten. % = Anzahl des Krankheitsbildes in der Stadt / Gesamtzahl der Patienten in dieser Stadt. Die Abkürzungen der Krankheiten werden auf Seite 94 erläutert. KH: Krankheiten.

KH / Stadt	Gas	RM	Hep	Häm	Kar	Neph	Neu	Unf	Der	Pneu	Neo	Uro	Psy	HNO	Inf	Gyn	Schi	So	Pro	Al	DM	Hyp	KS	Erk	Hus	ME	RS
Ba	**18,0**	**34,0**	2,0	0,0	8,0	2,0	2,0	4,0	8,0	4,0	**12,0**	2,0	6,0	6,0	4,0	4,0	0,0	4,0	0,0	6,0	**16,0**	10,0	4,0	6,0	2,0	0,0	8,0
Bo	**35,2**	**31,2**	6,8	3,4	4,5	3,4	9,1	0,0	9,1	2,3	9,1	2,3	2,3	1,1	0,0	**10,2**	6,8	3,4	0,0	1,1	**10,2**	**14,8**	1,1	9,1	4,5	2,3	5,7
Dh	**28,1**	12,5	**21,9**	0,0	3,1	12,5	6,3	3,1	0,0	0,0	3,1	0,0	0,0	6,3	3,1	**15,5**	0,0	3,1	0,0	0,0	3,1	**18,8**	6,3	**15,5**	3,1	0,0	9,4
G	**15,4**	**23,1**	**15,4**	**15,4**	7,7	0,0	**15,4**	0,0	7,7	0,0	0,0	0,0	7,7	0,0	0,0	7,7	0,0	7,7	0,0	0,0	0,0	7,7	0,0	7,7	0,0	0,0	0,0
K	20,0	20,0	20,0	0,0	0,0	20,0	0,0	0,0	20,0	20,0	0,0	0,0	0,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	20,0
KT	**25,7**	**25,7**	14,3	8,6	2,9	0,0	5,7	0,0	2,9	5,7	2,9	0,0	2,9	8,3	0,0	0,0	0,0	5,7	0,0	2,9	0,0	0,0	5,7	5,7	5,7	0,0	**11,4**
DM	**49,5**	**19,4**	10,7	1,9	2,9	7,8	1,9	3,9	6,8	8,7	1,0	7,8	9,7	1,9	5,8	5,8	1,0	5,8	0,0	1,9	7,8	4,9	**12,6**	**12,6**	6,8	2,9	10,7
DN	**39,2**	**26,9**	2,3	6,2	6,2	4,6	6,2	0,8	**8,5**	4,6	0,8	3,1	3,1	3,8	1,5	**10,8**	0,8	3,1	1,5	1,5	3,1	3,8	4,6	5,4	3,1	2,3	7,7

Tab. 10: Häufigkeit der beim tibetischen Arzt vorkommenden Krankheitsbilder prozentual in den einzelnen Regionen. Gesamtzahl der untersuchten Patienten in: Nordindien/Nepal: Kathmandu, Kalimpong, Gangtok, Dharamsala: 85 Patienten, Zentralindien: Neu Delhi: 233 Patienten, Südindien: Bangalore, Bombay: 138 Patienten. % = Anzahl des Krankheitsbildes in der Region / Gesamtzahl der Patienten in dieser Region. KH: Krankheitsbild, Reg.: Region.

KH / Reg	Gas	RM	Hep	Häm	Kar	Neph	Neu	Unf	Der	Pneu	Neo	Uro	Psy	HNO	Inf	Gyn	Schi	So	Pro	AI	DM	Hyp	KS	Erk	Hus	ME	RS
Nord	**24,7**	**20,0**	**17,6**	2,4	3,5	5,9	7,6	1,2	3,5	2,4	2,4	0,0	2,4	7,6	1,2	7,6	0,0	4,7	0,0	1,2	1,2	8,2	4,7	9,4	3,5	0,0	9,2
Zentral	**43,8**	**23,6**	6,0	4,3	4,7	6,0	4,3	2,1	7,7	6,4	0,9	5,2	6,0	3,0	3,4	8,6	0,9	4,3	0,9	1,7	5,6	4,3	8,2	8,6	4,7	2,6	**9,0**
Süd	**29,0**	**32,6**	5,1	2,2	5,8	2,9	6,5	1,4	8,7	2,9	10,1	2,2	3,6	2,9	1,4	8,0	4,3	3,6	0,0	2,9	**12,3**	**13,4**	2,2	8,0	3,6	1,4	6,5

Tab. 11: Häufigkeit der beim tibetischen Arzt vorkommenden Krankheitsbilder prozentual in der Stadt und auf dem Land: Gesamtzahl der untersuchten Patienten: Stadt: 406 Patienten, Land: 50 Patienten. % = Anzahl des Krankheitsbildes in Stadt/Land / Gesamtzahl der Patienten in Stadt/Land. S – L: Stadt – Land.

KH / S - L	Gas	RM	Hep	Häm	Kar	Neph	Neu	Unf	Der	Pneu	Neo	Uro	Psy	HNO	Inf	Gyn	Schi	So	Pro	AI	DM	Hyp	KS	Erk	Hus	ME	RS
Stadt	**37,2**	**26,8**	6,4	3,9	4,9	4,4	5,2	1,7	7,6	4,9	4,2	3,7	4,9	3,4	2,5	7,6	2,0	4,2	0,5	2,2	7,1	6,9	5,9	**8,1**	4,4	2,0	**8,6**
Land	**24,0**	**16,0**	**20,0**	4,0	4,0	10,0	8,0	2,0	4,0	2,0	2,0	0,0	2,0	6,0	2,0	12,0	0,0	4,0	0,0	0,0	2,0	**14,0**	4,0	12,0	2,0	0,0	8,0

Tab. 12: Häufigkeit der beim tibetischen Arzt vorkommenden Krankheitsbilder prozentual der drei ethnologischen Gruppen: Gesamtzahl der untersuchten Patienten: Asiaten: 346 Patienten, Tibeter: 101 Patienten, Europäer: 9 Patienten. % = Anzahl des Krankheitsbildes bei der ethnologischen Gruppe / Gesamtzahl der Patienten der ethnologischen Gruppen.

KH / Ethnie	Gas	RM	Hep	Häm	Kar	Neph	Neu	Unf	Der	Pneu	Neo	Uro	Psy	HNO	Inf	Gyn	Schi	So	Pro	AI	DM	Hyp	KS	Erk	Hus	ME	RS
Asiaten	**39,6**	**27,5**	6,1	3,8	5,5	4,0	5,8	1,4	7,8	4,9	4,3	3,8	5,2	3,2	1,7	**8,1**	2,3	4,0	0,6	2,3	7,5	7,2	4,3	7,8	3,2	2,0	**8,1**
Tibeter	**23,8**	**19,8**	**12,9**	5,0	2,0	7,9	5,9	3,0	5,9	4,0	2,0	2,0	3,0	4,0	5,0	8,9	0,0	5,0	0,0	1,0	4,0	9,9	**10,9**	**10,9**	6,9	1,0	8,9
Europäer	22,2	11,1	22,2	0,0	11,1	11,1	0,0	0,0	0,0	11,1	11,1	0,0	0,0	22,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	11,1	0,0	22,2

Tab. 13: Häufigkeit der beim tibetischen Arzt vorkommenden Krankheitsbilder prozentual der einzelnen Altersgruppen. Es ist zu beachten, dass die Patientenzahlen nicht mit der Alterstabelle von Anhang 1 übereinstimmen, da nur die Patienten berücksichtigt werden, für die ein Krankheitsbild zur Verfügung stehen. Gesamtzahl der untersuchten Patienten folgender Altersgruppen: 0-10 Jahre: 15 Patienten, 11-20 Jahre: 29 Patienten, 21-30 Jahre: 79 Patienten, 31-40 Jahre: 111 Patienten, 41-50 Jahre: 85 Patienten, 51-60 Jahre: 63 Patienten, >60 Jahre: 73 Patienten. % = Anzahl des Krankheitsbildes in der entsprechenden Altersgruppe / Gesamtzahl der Patienten in dieser Altersgruppe. KH: Krankheiten, Alt: Alter.

KH / Alt	Gas	RM	Hep	Häm	Kar	Neph	Neu	Unf	Der	Pneu	Neo	Uro	Psy	HNO	Inf	Gyn	Schi	So	Pro	Al	DM	Hyp	KS	Erk	Hus	ME	RS
-10	**46,7**	6,7	6,7	0,0	0,0	0,0	13,3	0,0	13,3	6,7	0,0	6,7	0,0	6,7	6,7	**6,7**	0,0	6,7	0,0	0,0	0,0	0,0	13,3	6,7	**20,0**	**20,0**	0,0
-20	**34,5**	3,4	6,9	3,4	3,4	0,0	0,0	0,0	**17,2**	3,4	0,0	0,0	3,4	3,4	10,3	**13,8**	0,0	10,3	3,4	10,3	0,0	0,0	6,9	**13,8**	3,4	6,9	0,0
-30	**46,8**	10,1	10,1	3,8	0,0	3,8	5,1	2,5	8,9	2,5	2,5	5,1	6,3	7,9	2,5	**12,7**	1,3	3,8	0,0	3,8	0,0	1,3	**12,7**	7,6	1,3	1,3	**11,4**
-40	**36,9**	**19,8**	**12,6**	7,2	3,6	4,5	4,5	2,7	4,5	2,7	0,9	2,7	4,5	3,6	2,7	**12,7**	4,5	4,5	0,0	1,8	4,5	1,8	6,3	**12,6**	5,4	0,9	9,9
-50	**35,3**	**37,6**	5,9	5,9	9,4	7,1	3,5	0,0	7,1	5,9	8,2	1,2	3,5	1,2	1,2	7,1	0,0	3,5	1,2	0,0	**11,8**	5,9	2,4	**10,6**	1,2	1,2	8,2
-60	**34,9**	**36,5**	3,2	1,6	4,8	4,8	12,7	1,6	7,9	7,9	3,2	3,2	6,3	4,8	1,6	1,6	1,6	0,0	0,0	0,0	9,5	**14,3**	1,6	3,2	6,3	1,6	**14,3**
>60	**21,9**	**39,7**	5,5	0,0	8,2	8,2	5,5	2,7	4,1	6,8	6,8	5,5	4,1	1,4	0,0	1,4	1,4	5,5	0,0	1,4	**12,3**	**24,7**	2,7	4,1	4,1	0,0	4,1

Anhang 6: Statistische Auswertung der Interviews

1. Ethnologische Daten

Es wurden in den Interviews 23 tibetische Ärzte befragt. Dabei ergibt sich folgende Aufteilung:

Tab. 14: In den Interviews befragte Ärzte, mit Auflistung ihres Geschlechts, dem Ort ihrer Ausbildung und in dem sie momentan als Arzt tätig sind und ihrem Arbeitsverhältnis (selbstständig oder angestellt im folgenden Institut).

Arzt/Ärztin	Geschlecht	Ausbildung	ärztlich tätig in..	arbeitet/angestellt im..
Dr. Gyatso	m	Amdo	Kathmandu	selbstständig
Dr. Jampa Yonten	m	Chakpori Institut in Darjeeling	Darjeeling	Chakpori Institut in Darjeeling
Dr. Dorjee Raphen Nechar	m	Men-Tsee-Khang in Dharamsala	Bangalore	Men-Tsee-Khang
Dr. Karma Dolma	w		Bombay	Men-Tsee-Khang
Dr. Dekhang t. Dorjee	m		Dharamsala	Men-Tsee-Khang
Dr. Thokmay Paljor	m		Dharamsala	Men-Tsee-Khang
Dr. Tsewang Tamdin	m		Dharamsala	Men-Tsee-Khang
Dr. Namgyal Qusar	m		Dharamsala	selbständig
Dr. Dawa Dolma	w		Dharamsala	Men-Tsee-Khang
Dr. Dorje Keldor	m		Gangtok	Men-Tsee-Khang
Dr. Ngawang Soepa	m		Kalimpong	Men-Tsee-Khang
Dr. Ngawang Dhakpa	m		Kathmandu	Kunphen Medical Center
Dr. Deyang	w		Kathmandu	Men-Tsee-Khang
Dr. Yeshi Dorjee	m		Dharamsala	Men-Tsee-Khang
Dr. Tenzin Deche Kartsang	m		Neu Delhi	Men-Tsee-Khang
Dr. Y.K. Dorjee	w		Neu Delhi	Men-Tsee-Khang
Dr. Nyima Samphel Gurung	m	Dhorpatan	Mustang	selbstständig
Dr. Karma Chodon	w	Ladakh	Ladakh	selbstständig
Amchi Dukta Gurung	m	verschiedene Lehrer	Mustang	Kloster
Amchi Tashi Namgyal	m	vom Vater	Gangtok	selbstständig
Dr. Kunsang Denpe	m		Mustang	
Amchi Tsampa Ngawang	m		Mustang	
Amchi Gyatso Bestra	m		Mustang	selbstständig

Geschlechterverteilung: männlich: 18 weiblich: 5

Tab. 15: Anzahl der interviewten Ärzte in den einzelnen Orten und ihre Unterteilung in Stadt - bzw. Landärzte.

Vergleich Stadt - Land	Orte	Anzahl der Ärzte	Anzahl gesamt
Stadt	Bangalore	1	7
	Bombay	1	
	Kathmandu	3	
	Neu Delhi	2	
Land	Darjeeling	1	16
	Dharamsala	6	
	Mustang	5	
	Gangtok	2	
	Kalimpong	1	
	Ladakh	1	

Tab. 16: Anzahl der interviewten Ärzte in den einzelnen Orten und ihre Unterteilung in Ärzte aus Nordindien/Nepal, Zentralindien und Südindien.

Vergleich Norden – Zentral - Süden	Ort	Anzahl der Ärzte	Anzahl gesamt
Nordindien/Nepal	Kathmandu	3	19
	Darjeeling	1	
	Dharamsala	6	
	Mustang	5	
	Gangtok	2	
	Kalimpong	1	
	Ladakh	1	
Zentralindien	Neu Delhi	2	2
Südindien	Bangalore	1	2
	Bombay	1	

Anzahl der Patienten pro Tag:

In den Interviews haben die meisten Ärzte, die eine eigene Praxis haben ihre durchschnittliche Anzahl an Patienten pro Tag angegeben. Diese sind im Einzelnen folgende:

Tab. 17: Anzahl der Patienten pro Tag bei den einzelnen Ärzten die eine Angabe dazu gemacht haben und der daraus resultierende Durchschnittswert.

Arzt/Ärztin	Ort	Pat./Tag
Dr. Dorjee Raphen Nechar	Bangalore	35
Dr. Karma Dolma	Bombay	60
Dr. Jampa Yonten	Darjeeling	13
Dr. Dekhang t. Dorjee	Dharamsala	k. A.

Dr. Thokmay Paljor	Dharamsala	k. A.
Dr. Tsewang Tamdin	Dharamsala	k. A.
Dr. Namgyal Qusar	Dharamsala	14
Dr. Dawa Dolma	Dharamsala	k. A.
Amchi Dukta Gurung	Dolpa (Mustang)	10
Dr. Dorje Keldor	Gangtok	28
Amchi Tashi Namgyal	Gangtok	12
Dr. Kunsang Denpe	Gemi (Mustang)	8
Dr. Ngawang Soepa	Kalimpong	20
Dr. Gyatso	Kathmandu	k. A.
Dr. Ngawang Dhakpa	Kathmandu	120
Dr. Deyang	Kathmandu	35
Dr. Karma Chodon	Ladakh	14
Amchi Gyatso Bestra	Lo Mantang (Mustang)	20
Dr. Yeshi Dorjee	Dharamsala	40
Dr. Nyima Samphel Gurung	Mustang	5
Amchi Tsampa Ngawang	Mustang	80
Dr. Tenzin Deche Kartsang	Neu Delhi	70
Dr. Y.K. Dorjee	Neu Delhi	90
Mittelwert:		**37**

Durchschnittswert der Anzahl der Patienten pro Tag im Vergleich bei Stadt - und Landärzten, bzw. bei Ärzten in Nordindien/Nepal, Zentralindien und Südindien:

Stadt: 68 Patienten
Land: 22 Patienten

Nordindien/Nepal: 30 Patienten
Zentralindien: 80 Patienten
Südindien: 48 Patienten

2. Diagnostische Methoden

Tab. 18: Durchschnittlicher prozentualer Anteil der diagnostischen Methoden bei den Ärzten laut den Interviews. % = Anzahl der Ärzte, die diese diagnostische Methoden verwenden / Gesamtzahl aller Ärzte aus den Interviews.

Diagnostik	Puls	Urin	Zunge	Befragung	Augen	Inspektion	Palpation	Blutdruck
%	100	73	68	77	55	59	18	18

3. Therapiemethoden:

Die ausführliche Erklärung zu den externen Therapiemethoden kann dem Kapitel „3.6 Das Heilen von Krankheiten“ entnommen werden. Folgende Methoden wurden erfasst:

1. Ratschläge (Rat)
2. Medikamente (Med)
3. rituelle Behandlung (rB)
4. Goldener Hammer/Nadel (GH)
5. Schröpfen (Schr)
6. Brennen (Br)
7. Massage (Ma)
8. Aderlass (Ad)
9. Akupunktur (Ak)
10. Moxibustion (Mo)

Tab. 19: Durchschnittlicher prozentualer Anteil der Therapiemethoden bei den Ärzten laut Interviews. % = Anzahl der Ärzte, die diese Therapiemethoden verwenden / Gesamtzahl aller Ärzte aus den Interviews.

Therapie	Rat	Med	RB	GH	Schr	Br	Ma	Ad	Ak	Mo
%	55	95	9	50	27	27	45	32	9	73

4. Hauptbeschwerdebilder

Hierbei sollen nur die unterschiedlichen Städte/Regionen berücksichtigt werden.

Tab. 20: Hauptbeschwerdebilder in den unterschiedlichen Städten oder Regionen, die von den Ärzten in den Interviews erwähnt werden.

Städte/Regionen	Hauptbeschwerdebilder
Bangalore	Asthma, Nervenleiden, Arthritis, Gastritis, Spondylitis, Herzkrankheiten, Bluthochdruck
Bombay	Krebs, Arthritis, Gastritis
Darjeeling	Lähmungen, Rheuma, Erkältung, Bluthochdruck
Dharamsala	Arthritis, Gastritis, Tbc, Bluthochdruck, Diabetes, Asthma
Mustang	Leberkrankheiten, Gastritis, Windkrankheiten Tbc, Schleimkrankheiten, Arthritis, Erkältung, Frauenkrankheiten, Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Lungen-, Herz- und Nierekrankheiten
Gangtok	Gastritis, Bluthochdruck, Gefäßkrankheiten, Geisteskrankheiten, Diabetes, Arthritis, Windkrankheiten, Fieber
Kalimpong	Gastritis, Arthritis
Kathmandu	Arthritis, Gastritis
Ladakh	Bluthochdruck, Gastritis
Neu Delhi	Arthritis, Gastritis, geistige Krankheiten, Asthma, Hautprobleme

Tab. 21: Hauptbeschwerdebilder in Nordindien/Nepal, Zentralindien und Südindien nach den Aussagen der Ärzte aus den Interviews. Hierbei werden die häufigsten Krankheiten zur Verdeutlichung fett markiert.

Nordindien/Nepal	**Leberkrankheiten**, Gastritis, Windkrankheiten, **Tbc, Schleimkrankheiten**, Arthritis, **Erkältung**, Frauenkrankheiten, Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Lungen-, Herz- und Nierekrankheiten, Lähmungen, Bluthochdruck, **Rheuma**, Diabetes, Asthma, Gefäßkrankheiten, Geisteskrankheiten, Fieber
Zentralindien	Arthritis, Gastritis, **geistige Krankheiten**, Asthma, **Hautprobleme**
Südindien	Asthma, **Nervenleiden**, Arthritis, Gastritis, Spondylitis, Herzkrankheiten, Bluthochdruck, **Krebs**

Anhang 7: Liste der tibetischen Ärzte

I. **Nepal:**

Praxis in Kathmandu: 1. Dr. Ngawang Dhakpa

2. Dr. Deyang

3. Dr. Tsering Chokey

Ohne Praxis in Kathmandu: 5. Dr. Gyatso (z.Z. Koch in KTM)

6. Anna Bach (deutsche Medizinstudentin)

Ärzte aus der „nationalen Konferenz der Amchis in Nepal“:

7.Dr. Nyima Samphel Gurung, Mustang

8. Amchi Dukta Gurung, Mustang

9. (Amchi) Dr. Tsampa Ngawang, Mustang

10. Amchi Kunsang Denpe, Mustang

11. Amchi Gyatso Bestra, Lo Man Tang

12. Lady Dr. Karma Chodon, Ladakh

II. Indien:

West Bengalen: 3. Dr. Ngawang Soepa, Kalimpong

14. Dr. Jampa Yonten, Darjeeling

Sikkim: 15. Amchi Tashi Namgyal, Gangtok (Pharmakologie)

16. Dr. Dorje Keldor, Gangtok

Südindien: 17. Dr. Dorjee Raphen Nechar, Bangalore

18. Dr. Karma Dolma, Bombay

Neu Delhi: 19. Dr. Namgyal Qusar, *Speziell: Geisteskrankheiten, äußere Behandlungsmethoden*

20. Mrs. Dr. Y.K. Dorjee

21. Dr. Tenzin D. Kartsang

Dharamsala: 22. Dr. Dawa Dolma, *Speziell : Umgang mit den Begriffen der westlichen Medizin*

23. Dr. Thokmay Paljor (Übersetzer des Güshi)

24. Dr. Dekhang T. Dorjee (Pharmakologe), Speziell: über die tibetischen Heilpflanzen

25. Dr. Tsewang Tamdin, *Speziell: Pulsdiagnostik*

26. Dr. Yeshi Dorjee

Außerdem: 27. Jigme Tsarong, Kalimpong (ehem. Leiter des Men Tse Khang in Dharmasala, Experte für Pharmakologie), *Speziell: Über die Ausbildung in tibetischer Medizin und die Struktur des Men-Tse-Khang in Dharamsala*

Interviews mit den tibetischen Ärzten

geführt im Zeitraum Dezember 2002 bis Februar 2003

1. Dr. Deyang

Kathmandu, 20.und 27.12.2002, ohne Übersetzer, ohne Diktiergerät

Das Interview fand während der Tibetausstellung in Lalitpur (bei Kathmandu) und eine Woche später in ihrer Praxis in Kathmandu statt. Selten musste die Studentin, die momentan in ihrer Praxis ihr Praktisches Jahr absolviert, übersetzen.
Die in Tibet geborene Ärztin arbeitet als Juniordoktor in einer kleinen Praxis in Kathmandu. Die Praxis ist räumlich offen gehalten. Es befindet sich dort ein kleines Wartezimmer mit meistens nur sehr wenigen Patienten. Daneben schließt sich der Behandlungsraum, der nur durch einen Vorhang vom Wartezimmer getrennt ist, an. Dort kann jeder mehr oder weniger ein - und ausgehen. Die Apotheke befindet sich im gleichen Haus, eine Tür weiter. Eine Studentin kommt drei mal die Woche, diagnostiziert mit und gibt Medikamentenvorschläge.

1. Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?
Ich habe in Dharamsala gelernt. Unsere Ausbildung dort dauert sechs Jahre. Das letzte Jahr werden wir in die einzelnen Zweigniederlassungen des Men-Tsee-Khang geschickt, um praktische Erfahrungen zu sammeln.
2. Können Sie mir etwas über ihre Familie erzählen?
Meine Eltern sind schon gestorben. Mein Bruder und meine Schwester leben noch in Lhasa. 1992 bin ich nach Dharamsala gekommen.
3. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche? Nur tibetische Medizin.
4. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Vorher war ich drei Jahre lang in Südindien und ein Jahr in Pokhara. Dharamsala schickt die Ärzte immer zu den jeweiligen Niederlassungen.
5. Wer bezahlt Sie? das Men-Tsee-Khang
6. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag? ca. 25-40
7. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?
Das ist abhängig von der Krankheit. Manchmal einmal im Monat, manchmal aber auch öfter.

Krankheitsursachen:
8. Wie wird ein Mensch krank? Welche Ursachen unterscheiden Sie?
Das sind vor allem falsche Ernährung und falsches Verhalten. Aber auch Ärger, Stress und das Wetter spielen eine Rolle. Grundsätzlich gibt es drei Gifte. Das sind Begierde, Hass und Unwissenheit. Daraus resultieren *Lung* (Wind), *Tripa* (Galle) und *Begen* (Schleim).

Einteilung von Krankheiten:
9. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie? alle

10. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?

Vor allem Arthritis und Magenbeschwerden. Die Tibeter essen falsch und trinken zu viel Buttertee.

Diagnostik und Therapie:

11. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Ich benutze Pulsdiagnostik, Abtasten des Magens und der schmerzenden Stellen, Zungendiagnostik, Augendiagnostik und das Befühlen der Haut, der Temperatur usw.

12. Wie heilen Sie Krankheiten?

Wir machen immer eine aufbauende Therapie. Das heißt, man fängt mit dem harmlosesten Therapiemöglichkeit an und baut dann darauf auf. Also:

1. Ratschläge, was man nicht tun sollte
2. Ratschläge, was man nicht essen sollte
3. Medikamente: erst leichte, dann schwere
4. Falls das nicht hilft, Akupunktur und andere externe Methoden

[Sie zeigt mir die Geräte]:

a) Brennstab, der auf spezielle Punkte gedrückt wird (Goldener Hammer)

b) Eine Art Schale aus Metall: Die Körperstelle wird genässt. In das Gefäß wird ein Stück Papier gelegt und angezündet. Nun wird es mit der Öffnung nach unten auf die Körperstelle gedrückt. Das hilft, rückwärtig aufgesetzt gegen Rückenschmerzen und auf die Brust gesetzt gegen Asthma. (Schröpfen)

13. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum? Nein

14. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

In der tibetischen Medizin dauert es meistens sehr lange bis ein Heilerfolg entsteht, da wir nur Kräuter verwenden. Manchmal dauert es einen Monat. Was wir ablehnen ist die Chirurgie in der tibetischen Medizin. Unsere Mittel sind so besonders, weil sie keine Nebenwirkungen haben.

15. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?

Die Patienten kommen zurück, und wir untersuchen sie nochmals, ob es besser geworden ist. Das geht so weiter bis sie gesund sind. Wenn die Medizin verbraucht ist, kommen sie zurück, und wir sehen, ob es besser geworden ist oder nicht. Man erkennt das am Aussehen und an dem, was der Patient erzählt, auch durch die Pulsdiagnostik. Manche Leute lügen auch, um bessere Medizin zu kriegen, aber das können wir durch den Puls herausfinden.

16. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?
Nein. Wenn es nicht hilft, dann lese ich im Gyüshi nach und probiere ein anderes Medikament aus, bis ich das richtige gefunden habe. Hier sind die anderen Ärzte zu weit weg. In Dharamsala wäre das möglich.
17. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?
Wir haben ca. 170 Pillen. Es gibt jetzt zwei neue gegen Hepatitis. Außerdem haben wir neun Juwelenpillen. Sie haben einen sehr besonderen Inhalt wie z. B. Koralle, Gold, Silber, Diamanten usw.
18. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden? aus Dharamsala
19. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke? nein

Prävention:
20. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?
Das wichtigste sind Ernährung und Verhalten. Diese sollten an das Wetter, an die Jahreszeit usw. angepasst sein. Im Winter muss man eher etwas Warmes essen und im Sommer eher etwas Leichtes. Man kann auch Juwelenpillen zur Vorbeugung nehmen. Wenn irgendwo eine Epidemie ist, geben wir auch dort etwas zur Prävention. Wir nehmen jeden Morgen eine Pille, die *Dashel Dudzima*[1] heißt. Sie ist gut für die Verdauung, steigert die Hämoglobinproduktion und ist auch gut für Leber und Augen.

Allgemein:
21. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?
Die allopathische Medizin erkennt die Krankheit und gibt dann ein chemisches Mittel dagegen. Wir arbeiten nur mit natürlichen Produkten ohne Nebenwirkungen. Wir sehen uns die Symptome an und verschreiben dann Mittel und auch Ernährungs- und Verhaltensregeln. Es dauert länger bis es wirkt, ist aber auch langfristiger.
22. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?
Ich behandle mich mit tibetischer Medizin. Aber ich werde nie ernsthaft krank, denn wenn ich spüre, dass ich krank werde, nehme ich sofort etwas dagegen und werde dann gar nicht erst richtig krank.

[1] Tibetisch: Zla-shel-bDud-rTsi-ma: „Kristallener Mond Nektar“: Anti-Toxin, hilft gegen Anämie, chronisches Fieber, Magenerkrankungen, plötzliche Krämpfe, unterstützt die Augen, balanciert die drei Körperenergien.

2. Amchi Gyatso Bestra

Kathmandu, 22.12.2002, mit Übersetzer, ohne Diktiergerät

Das Interview fand während des dritten nationales Amchi Kongresses in Kathmandu statt.
Dr. Gyatso Bestra ist ein Laienarzt. Er ist in Lo Mantang (Hauptstadt von Mustang) geboren und hat dort eine Praxis und eine Schule. Er arbeitet mit noch zwei weiteren Ärzten zusammen. Leider habe ich bei diesem Interview ein paar Fragen weggelassen, da ich mir noch nicht so sicher war, ob es angebracht ist, diese zu stellen.

1. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche?
Ich arbeite hauptsächlich mit tibetischer Medizin. Manchmal verwende ich auch Akupunktur.
2. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland? Nur hier in Lo Mantang.
3. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag? ca. 9 bis 30
4. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?
Sie kommen sechs bis sieben mal. Das ist abhängig von der Krankheit. Also das gilt nur wenn sie sehr krank sind. Sonst kommen sie nur ein Mal.

Einteilung von Krankheiten:
5. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor? Tuberkulose, weil es sehr kalt ist. Auch viel Gelenkschmerzen.

Diagnostik und Therapie:
6. Wie erkennen Sie eine Krankheit?
Es gibt drei Arten. Das erste ist die Beobachtung. Man schaut in Augen, Nase, Gesicht und Urin. Das zweite ist die Pulsdiagnostik. Als drittes kommt die Befragung.
7. Wie heilen Sie Krankheiten?
Ich benutze fast alle Methoden. Wenn es nicht hilft, dann auch Brenneisen, Massage und Aderlass, sonst vor allem Medizin, Ernährung und Verhalten. Manchmal verwende ich aber auch Akupunktur.
8. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?
Sehr schwere Infektionen kann man nicht mehr heilen.
9. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetische Medizin lehnen Sie ab?
Es gibt eine Methode, die heißt übersetzt „Löffel“. Das sind Operationen, die man gemacht hat. Man geht mit einer Art Löffel in die kranke Stelle und holt die Krankheit raus.
10. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?
Bis die Krankheit geheilt wird, wird der Erfolg kontrolliert.

11. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?
Manchmal sagt der Lama, dass ein anderer Arzt besser ist. Das hängt mit der *karmischen* Verbindung zusammen, die der Patient zum Arzt hat. Hat man keine zu diesem Arzt sollte man zu einem anderen gehen.
12. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie? ca. 300
13. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden?
Die meisten aus dem Dorf, in dem ich wohne. Manche auch aus Kathmandu.
14. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke? nein

Prävention:
15. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche? Durch richtiges Verhalten im täglichen Leben.

Allgemein:
16. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?
Operationen und Geburtshilfe finde ich sehr gut.
17. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?
Ich würde selber Medizin nehmen. Ich bin mein eigener Arzt.

3. Dr. Nyima Samphel Gurung

Kathmandu, 22.12.2002, Mit Übersetzer, ohne Diktiergerät

Das Interview fand während des nationalen Amchi Kongresses in Kathmandu statt.
Ein junger Arzt aus Mustang! Entweder arbeitet er in Kathmandu oder in seiner privaten Klinik in Jharkot, wo er auch wohnt. Ich bin mit ihm zusammen von dem Kongress nach Hause gefahren. Im Auto hat er mir dann erzählt, dass er auch die Bön-Medizin anwendet. Aber für ihn ist diese nicht unterschiedlich zur tibetische Medizin. Sie arbeitet nur mit anderen Begriffen. Sein Englisch ist sehr schlecht. Deshalb hat ein Dolmetscher geholfen.

1. Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?
Ich war in Dhorpatan Student. Das ist in Westnepal.
2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche? Nur tibetische Medizin.
3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
In Jharkot und Kathmandu.
4. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag? ca. zwei bis neun pro Tag
5. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?
Sie kommen so lange, bis sie gesund sind.

Krankheitsursachen:
6. Wie wird ein Mensch krank? Welche Ursachen unterscheiden Sie?
Die Hauptursache ist Unwissenheit. Daraus entsehen Hass und Anhaftung. Aus Hass entsteht *Tripa* (Galle), aus Anhaftung *Lung* (Wind) und aus Dummheit *Begen* (Schleim). Sind diese im Ungleichgewicht wird man krank.

Einteilung von Krankheiten:
7. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie?
Lähmungen, Rheuma, Ödeme, Erkältungen, Vergiftungen, Infektionen, Wasser im Gesicht. Es gibt 18 Infektionen. Wasser im Gesicht ist auch eine. Ich glaube eine davon ist AIDS.
8. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?
Erkältungen, Frauenkrankheiten, Schmerzen im Magen, Rückenschmerzen, Hüftschmerzen, Kopfweh und auch Probleme mit Lunge, Herz und Nieren. Ich habe aber noch keinen daran sterben gesehen.

Diagnostik und Therapie:
9. Wie erkennen Sie eine Krankheit?
Durch Befragen, Pulsdiagnostik, Urin, Beobachtung (Augen, Zunge). Ich glaube das Befragung sehr wichtig ist, und man nicht nur nach dem Puls gehen sollte.

10. Wie heilen Sie Krankheiten?

Ich gebe Ratschläge wie man sich verhalten, was man essen sollte und gebe Medizin. Dann untersuche ich die Patienten nach ein paar Tagen und gebe dann wieder Medizin. Erst gebe ich nur Pillen für 10 Tage. Wenn dies funktioniert dann, gebe ich es weiter. Ansonsten muss man die Medikation ändern. Erst verabreiche ich nur ganz wenig, damit sie schnell wieder kommen und man wieder mehr über die Krankheit herausfinden kann.

11. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Alterskrankheiten sind oft unheilbar. Alles was sehr alt ist, z.B. alte Erkältungen.

12. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetische Medizin lehnen Sie ab? keine

13. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Wenn die Medizin nicht wirkt, überweise ich zu einem westlichen Arzt.

14. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?

Es gibt ca. 1008 Pillen, aber ich kann nicht alle nutzen. Ich habe zwischen 100 und 200 Pillen.

15. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden?

Es gibt Pulver, Flüssigkeit und Pillen. Man kann so viel mischen wie man braucht. Ich mache alle selber.

16. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke? nein

Prävention:

17. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?

Man kann Medizin zur Vorbeugung nehmen. Wenn es im Dorf eine Epidemie gibt, kann man Medizin zur Prävention nehmen. Man kann auch *Mantras* sagen.

Allgemein:

18. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Die allopathische Medizin ist sehr gut. Sie haben sehr viele verschiedene Methoden der Behandlung. Wir haben nicht so viele Geräte, aber wir können alles mit dem Puls herausfinden. In Tibet gibt es auch nur einen Arzt für alle Krankheiten und nicht so viel Spezialisten wie bei euch.

19. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Manchmal gehe ich ins Krankenhaus. Meistens untersuche ich mich aber selber und behandle mich. Den Puls kann man nicht an sich selbst prüfen. Aber ich kann anhand der Symptome sehen und fühlen was mir fehlt.

4. Dr. Kunsang Denpe

Kathmandu, 22. und 24.12.2002, mit Übersetzer, ohne Diktiergerät

Das Interview fand während des nationalen Kongress der Amchis in Nepal statt.
Dr. Kunsang ist ein sehr alter Arzt aus Mustang, der kein Englisch spricht. Er ist in Gemi (Mustang) geboren. Dort hat er keine eigene Praxis, sondern die Leute kommen zu ihm nach Hause.

1. Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?
Ich habe von meinem Vater gelernt. Seit 18 Generationen wird das Wissen der tibetischen Medizin in unserer Familie übertragen.
2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche? Nur tibetische Medizin.
3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Nur in Mustang. Die Leute kommen zu mir nach Hause.
4. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?
Ich habe keinen festen Stamm, da ich nur zu Hause arbeite. Mal sind es 6, mal 10 Patienten.
5. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?
Das ist sehr verschieden. Wenn sie gesund sind, kommen sie nie wieder. Manche kommen oft.
Krankheitsursachen:
6. Wie wird ein Mensch krank? Welche Ursachen unterscheiden Sie?
Ernährung und Verhalten sind die Hauptursachen.

Einteilung von Krankheiten:
7. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie?
Ich behandle alle Krankheiten und gebe für alle Medikamente.
8. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?
Die Leute essen zu viel Fett und daraus entstehen Krankheiten. Wir haben auch viel Tuberkulose und Schleim-Krankheiten.

Diagnostik und Therapie:
9. Wie erkennen Sie eine Krankheit?
Vor allem Puls und Urin. Wichtig ist herauszufinden, welcher Saft betroffen ist.
10. Wie heilen Sie Krankheiten?
Das ist sehr abhängig von der Krankheit. Ich verwende zum Beispiel Brenneisen und Moxibustion.

11. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum? (Frage falsch verstanden)

Nein. Ich mache nichts, was ich nicht weiß, sondern finde es dann heraus.

12. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Keine. Es ist wichtig zu wissen, was der Patient hat, und dann ist die richtige Medizin ausschlaggebend.

13. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie? (Frage falsch verstanden)

Das ist davon abhängig, wie ich die Krankheit herausfinde. Dann gibt es die richtige Medizin. Erst flüssige, dann Pulver und dann Pillen.

14. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Nein, das habe ich noch nie gemacht. Es ist auch kein anderer in der Nähe. Bei uns auf dem Land gibt es nur wenig Ärzte. Da kann man jemanden nicht zu einem anderen schicken.

15. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?

Es gibt 424 Krankheiten. Man kann genauso viel Medizin herstellen. Ich stelle her, was ich brauche.

16. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden?

Ich mache alles selber. Man kann sie bei uns überall besorgen. Ich gehe in die Berge, sammle die Pflanzen, probiere wie sie schmecken und wende sie dann an.

17. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke? Nein

Prävention:

18. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?

Es ist selten, dass jemand zu mir kommt, der gesund ist. Deshalb gebe ich da auch keine Ratschläge. Wenn jemand zu mir kommt, der ein Problem hat, gebe ich Ratschläge über Ernährung und Verhalten.

Allgemein:

19. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Da kenne ich mich nicht aus und kann deshalb auch nichts dazu sagen.

20. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Ich versuche herauszufinden was das Problem ist und mache dann nach meinem Gefühl Medizin für mich. Außerdem esse und verhalte ich mich auch dementsprechend.

5. Amchi Tsampa Ngawang

Kathmandu, 23.12.2002, mit Übersetzer, ohne Diktiergerät

Das Interview fand während des dritten nationalen Amchi Kongresses in Kathmandu statt.
Der 54 jährige Arzt, der von seiner Erscheinung eher wie Mitte 30 aussieht, ist Vorsitzender der Amchi Assoziation in Nepal. Er hat eine private Praxis in Mustang, arbeitet aber auch zeitweise in Kathmandu. Ab 1993 hat er für fünf Jahre in einem tibetischen Museum gearbeitet.

1. **Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?**

Seit acht Generationen sind wir in unserer Familie *Amchis* und Buddhisten. Ich habe also von meinem Vater gelernt.

2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche?

Eigentlich verwende ich nur tibetische Medizin. Ich habe aber auch Akupunktur gelernt. Außerdem arbeite ich mit tibetischer Tiermedizin, vor allem die Behandlung von Pferden mit tibetischer Medizin.

3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?

Ich wurde von der Uni in London eingeladen, hatte aber keine Zeit dorthin zu fahren. Auch von Hamburg wurde ich eingeladen, hatte aber ebenfalls keine Zeit. Ich arbeite auch viel mit Japan zusammen. Viele Professoren kommen zu mir. Ich arbeite mit Pflanzen und erkläre den Leuten die unterschiedlichen Arten. 1988 bin ich nach Japan gefahren. 1996 nach Bangkok, Thailand und 2001 in die USA an die Universität von Virginia. Ich bin auch nach Lhasa an die Universität gefahren und nach Buthan. Viele Bücher habe ich außerdem geschrieben.

4. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?

Viele Patienten kommen zu mir nach Hause. Ich habe manchmal 80 pro Tag.

5. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?

Das hängt von der Krankheit ab. Erst untersuche ich die Leute, dann nach einer gewissen Zeit noch mal, bis sie schließlich geheilt sind.

Krankheitsursachen:

6. Wie wird ein Mensch krank? Welche Ursachen unterscheiden Sie?

Erst sind wir gesund. Dann kommt es zu einer Krankheit, weil wir uns zum Beispiel falsch ernährt haben. Dann ist die Harmonie weg. Auch durch zu viel arbeiten oder Faulheit entsteht Krankheit. Also falsches Verhalten!

Einteilung von Krankheiten:

7. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie?

Ich behandele alle Krankheiten, auch Krebs. Wenn der Patient schon sehr alt ist, ist es allerdings manchmal nicht mehr möglich zu heilen.

8. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?

Wir haben viele Leberkrankheiten durch zu viel Alkoholkonsum. Es gibt auch viel Schleim-Krankheiten.

Diagnostik und Therapie:

9. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Der Puls am Morgen ist das Beste. Ansonsten gibt es noch den Morgenurin, Befragung, Augen, Zungen, Gesichtsdiagnostik. Auch kann man verschiedene schmerzhafte Stellen am Körper untersuchen.

10. Wie heilen Sie Krankheiten?

Es gibt Meditationen. Bei psychischen Problemen entstehen Krankheiten. Hat man z.B. ein Problem, kann man nicht schlafen und nichts essen, und es entsteht eine Krankheit. Wir sagen, dass Körper und Geist miteinander verbunden sind. Außerdem verschreibe ich Medizin und gebe Ratschläge zu Verhalten und Ernährung. Auch gibt es Kräuterbäder, Massagen (bei einem speziellen Öl helfen sie z.B. wenn man sehr müde ist) und Moxibustion.

11. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Wir haben viele gute Ideen. Aids ist schwer zu heilen.

12. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Die Methoden der tibetischen Medizin sind sehr gut. Alles basiert auf einem Text, und man darf nicht davon abweichen. Dann sind alle Mittel sehr gut.

13. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie? (Frage falsch verstanden)

Der Erfolg hängt von den Qualitäten des Arztes ab, und inwiefern er sie gut anwenden kann. Viel Praxis und Studium bzw. Forschung ist sehr wichtig. Man sollte auch viele Bücher lesen. Es gibt hauptsächlich vier Bücher, die man lesen müsste. Wenn der Patient kommt, hat man erst Zweifel. Dann untersucht man ihn genau durch und weiß dann besser was er hat. Viele kommen erst in letzter Minute. Die Behandlung ist dann schwerer. Auch Behinderungen sind schwer zu therapieren. Alle äußeren Krankheiten sind leicht zu heilen Bei den inneren Organen, das sind insgesamt 10 (er zählt sie auf) ist Heilung schwerer. Körperliche Verletzungen z.B. mit einem Messer und Unfälle sind auch schwer zu heilen. Auch Krankheiten die das Gehirn betreffen sind schwer therapierbar. Bei Zerstörungen des Kopfes kann man testen, wie viele Finger noch in den Mund passen. Bei vier Fingern ist alles in Ordnung. Passen nur drei oder weniger in den Mund ist das ein Hinweis, wie stark die Kopfverletzung ist.

14. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?
Bei kleinen Kinder ist es sinnvoll, sie zu einem allopathischen Arzt zur Kontrolle zu geben. Auch bei Tuberkulose ist das sehr sinnvoll. Bei alten Steinen in Galle und Niere haben allopathische Ärzte sehr gute Methoden. Auch bei Knochenbrüchen würde ich raten, zu einem allopathischen Arzt zu gehen.
15. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?
Ich habe Pulver, Pillen und Flüssigkeit. Es gibt ca. 500 Pillen. Als Rohmaterial gibt es ca. 1000 verschiedene Stoffe.
16. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden?
In Mustang sammele ich die Pflanzen selber. Der Geschmack ist auch immer abhängig von der Jahreszeit. Man muss ganz genau wissen, wann man welche Pillen zu sich nimmt. Im Frühling haben sie z.B. den besten Geschmack.

Prävention:
17. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?
Sehr wichtig sind Essen und Trinken. Wann, wie viel und was ist sehr wichtig. Alle Körper sind unterschiedlich. Für jeden ist etwas anderes gut. Manche Leute sind z.B. *Lung*-Typen. Für die ist etwas anderes gut als z.B. für *Begen*-Typen. Auch das Verhalten ist sehr bedeutend. Viele zerstören ihren Körper durch Essen. Das ist ein großes Problem. Sie essen so viel, dass sie nicht mehr in das Taxi passen oder ihren eigenen Körper nicht mehr tragen können.

Allgemein:
18. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?
Ich habe mit vielen westlichen Ärzten gesprochen und viel gesehen. Ich denke, dass der Austausch sehr wichtig ist. Bei Knochenkrankheiten ist die westliche Medizin sehr gut. Röntgen ist auch effektiv und leicht durchzuführen. Auch die Kinder zur Kontrolle zu einem westlichen Arzt zu schicken, ist sinnvoll. Die westlichen Operationen sind auch gut. Aber die Pillen sind schlecht, die sie verwenden. Die wirken oft nur für ein paar Minuten und zerstören wieder mehr im Körper. Der Grund dafür ist, dass sie oft nur einen Wirkstoff haben. Sie helfen nur für kurze Zeit. Die Pillen in der tibetischen Medizin heilen dagegen langfristig. Medizin sollte dazu dienen gesund zu werden.
19. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?
Ich bin sehr gesund und werde nie krank. Ich passe gut auf meine Gesundheit auf. Ich habe alle Texte studiert und weiß, wie ich mich verhalten und ernähren muss. Ich bin jetzt 54 Jahre, wenn ich mit jüngeren Leuten auf den Berg laufe, bin ich immer der Erste.

Er erzählt weiter. Leider konnte ich nicht mehr alles weiter mitschreiben weil es zu viel war.

Er erzählt von den Problemen im Westen mit Arteriosklerose und Nierenproblemen. Den Vorgang der Arteriosklerose kann er sehr gut nach unserem Verständnis erklären. Er sagt, dass die Zeichen eines langen Lebens bei einem Menschen drei Dinge sind:

1. ein großer Kopf (dann kann man gut und weit denken und wird nicht verrückt)
2. ein schlanker Körper (aber auch nicht zu dünn)
3. keine roten Augen (wie man sie z.B. bei Lepra hat)

6. Amchi Dukta Gurung

Kathmandu, 24.12.2002, mit Übersetzer, ohne Diktiergerät

Das Interview fand während des dritten nationalen Amchi Kongresses in Kathmandu statt. Leider war der Übersetzer vermutlich nicht so gut, denn die oft sehr langen Erklärungen des Arztes wurden nur in ein paar wenige Sätze wiedergegeben. Der Mönch ist in Dolpa, Mustang geboren und lebt jetzt im Samdup Choeding Gompa Monastery.

1. Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?
Ich habe viele verschiedene Lehrer gehabt. Zum Beispiel habe ich bei Trogawa *Rinpoche* im Chakpori-Institut in Darjeeling gelernt. Das war mein erster Lehrer.
2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche? Nur tibetische Medizin.
3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Ich arbeite nur in Mustang im Kloster.
4. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?
Manchmal kommen 10 bis11 Leute pro Tag. Wenn es sehr wenig sind, kommen nur ein bis zwei.
5. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?
Das hängt von der Krankheit ab. Sie kommen ungefähr alle zwei bis drei Wochen.

Krankheitsursachen:
6. Wie wird ein Mensch krank? Welche Ursachen unterscheiden Sie?
Das ist abhängig von der Person. Es kommt darauf an, was sie essen und wie sie sich verhalten. Auch zu viel Alkohol ist ein Problem.

Einteilung von Krankheiten:
7. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie?
Ich habe viele Krankheiten behandelt: Leberkrankheiten, Fieber, Leute die verrückt wurden. Das sind ca. sieben bis acht Prozent.
8. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor? Leberkrankheiten, Gastritis und Wind-Krankheiten.

Diagnostik und Therapie:
9. Wie erkennen Sie eine Krankheit?
Erst untersuche ich den Morgenurin, dann den Puls. Anschließend befrage ich den Patienten.

10. Wie heilen Sie Krankheiten?

Ich gebe Medizin. Die wichtigste Medizin ist *Thang*[2]. Sie verhindert, dass sich die Krankheit über die ganzen Nerven ausbreitet. Danach gebe ich andere Medizin, abhängig von der Krankheit. Bei manchen Krankheiten gebe ich erst *Thang* und verwende dann nach sieben Tagen den Brennstab.

11. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Es gibt keine Person, die ich nicht geheilt habe.

12. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab? keine

13. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie? (Frage falsch verstanden)

Nach einer Woche kommen die Patienten wieder und sagen, dass sie sich besser fühlen.

14. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Es gibt außer mir dort keinen anderen *Amchi*.

15. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?

Ich arbeite mit ca. 70 Pillen.

16. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden?

Ich sammele die Kräuter. Manche Pillen kaufe ich auch in Kathmandu.

Prävention:

17. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?

Ja. Das wichtigste ist, nicht so viel Alkohol zu trinken. Ernährung und Verhalten spielen eine große Rolle.

Allgemein:

18. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Ich benutze gerne die allopathischen Behandlungsmethoden, vor allem Injektionen. Wir haben auch einen allopathischen Arzt bei uns. Wir verstehen uns gut. Viele Patienten kommen zu uns beiden. Injektionen finde ich sehr nützlich, weil sie so schnell wirken.

19. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Früher habe ich viel Alkohol getrunken und habe jetzt Probleme mit der Leber und auch etwas Gastritis. Deshalb habe ich selbst angefangen, tibetische Medizin zu nehmen. Jetzt geht es mir besser. Ich behandele mich immer selbst.

[2] Tibetisch: Aufkochung. Es gibt verschiedene Thang Rezepturen.

7. Dr. Karma Chodon

Kathmandu, den 23. und 26. 12. 2002, ohne Übersetzer und ohne Diktiergerät

Das Interview fand während des dritten nationalen Amchi Kongresses in Kathmandu statt.
Die Ärztin arbeitet in Ladakh für die „Ladakh Society for Traditional Medicine"(LSTM), die 1998 von einer Gruppe gegründet wurde, die sich um die Erhaltung der tibetischen Medizin kümmert. Diese Organisation setzt sich zum Ziel, die Amchi Medizin zu erhalten, ihre Rechte zu vertreten und sie in die moderne Zeit zu integrieren.
Dr. Karma Chodon gibt in Ladakh Unterricht und arbeitet auch im „Health center". Sie ist dort die einzige tibetische Ärztin. Ihre Praxis befindet sich in der Touristenmeile von Ladakh.

1. **Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?**
Ich habe in Ladakh an einer großen buddhistischen Universität gelernt und von Dharamsala das Diplom erhalten.
2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche? Nur tibetische Medizin.
3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland? Ich arbeite nur hier.
4. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?
Ich arbeite in zwei verschiedenen Praxen. Meine private Praxis ist Morgens eine Stunde und Abends eine Stunde offen. Dort habe ich 12 bis 15 Patienten pro Tag. Außerdem arbeite ich in einer offiziellen Praxis in einem Teil von Ladakh, in dem es viele Touristen gibt. Deshalb kommen dorthin auch meistens Touristen. Sie hat von Juni bis Oktober offen. Dorthin kommen ca. 10 Patienten pro Tag. Ab November gebe ich dann Unterricht.

Krankheitsursachen:
5. Wie wird ein Mensch krank? Welche Ursachen unterscheiden Sie?
Jede Krankheit hat ihre eigenen Ursachen. Die Hauptursache ist Unwissenheit. Daraus resultiert Anhaftung und Hass. Aus Anhaftung entsteht Wind, aus Hass Galle und aus Unwissenheit Schleim.

Einteilung von Krankheiten:
6. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie?
Ich behandele Bauchprobleme, Bluthochdruck, Schleim-Krankheiten, Arthritis, Rheuma, Erkältungen, Vergiftungen, usw.
7. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?
Vor allem Bluthochdruck und Magenprobleme.

Diagnostik und Therapie:
8. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Ich verwende zuerst Pulsdiagnostik, dann Beobachtung von Zunge und Urin und anschließend die Befragung.

9. Wie heilen Sie Krankheiten?

Es gibt drei wichtige Methoden: Ernährung, Verhalten und Medikamente. Außerdem verwende ich auch noch Methoden wie Moxibustion und Aderlass.

10. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Ja, Epilepsie und die Krankheit, bei der man so viel Wasser in den Beinen hat.

11. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Augenoperationen und andere chirurgische Verfahren, z.B. Wasser aus den Organen zu nehmen. Diese Therapie der Augenoperationen nennt man „kleine Chirurgie".

12. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?

Man erkennt an Puls und Urin, dass es dem Patienten besser geht. Sie bekommen wieder Appetit, und die anderen Symptome sind auch weg. Der Patient wird wieder aktiv. Die Patienten kommen immer wieder. Wir untersuchen sie drei Tage später, wenn die Krankheit sehr ernst ist. Wenn es nicht so schlimm ist, erst nach sieben Tagen.

13. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Ja, bei Augenkrankheiten und gynäkologischen Problemen überweise ich zu einem allopathischen Arzt.

14. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie? Ich arbeite mit ca. 112 Pillen.

15. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden?

Ich kaufe die Pillen von verschiedenen *Amchis*. Selber mache ich sie nicht.

16. Verschreiben sie auch manchmal Medizin, die man in der Apotheke kaufen kann?

Manchmal, aber sehr selten.

Prävention:

17. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche? Das wichtigste sind Verhalten und Ernährung.

Allgemein:

18. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Bei Operationen ist sie sehr gut. Die Medizin führt aber zu mehr Problemen. Auch geben sie keine Ratschläge zu Ernährung und Verhalten.

19. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Manchmal behandele ich mich selbst, aber manchmal gehe ich auch zu einem anderen Amchi. Auch nehme ich manchmal allopathische Medizin ein, weil sie sehr schnell wirkt. Wenn ich zum Beispiel viel reisen muss, ist sie sehr sinnvoll.

8. Dr. Gyatso

Kathmandu, 30.12.2002, mit Übersetzer, mit Diktiergerät

Dr. Gyatso kommt aus Tibet und arbeitet momentan als Koch in der Nähe der Swajambhunath Stupa. Er hat keine eigene Praxis oder Klinik und behandelt nur nebenbei ein paar Leute, die ihn dort besuchen. Er erzählt mir vor allem von seinen Erfahrungen in Tibet, als er noch in einem großen Krankenhaus gearbeitet hat.

1. Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?

Ich habe in Amdo von einem ganz bekannten tibetischen Arzt gelernt. Sein Name ist Khorlo Gyamtsho[3]. Ich habe von Kindheit an gelernt.

2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche? Nur tibetische Medizin.

3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?

Ich arbeite hier als Arzt. Ich untersuche den Puls und gebe Medizin.

4. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?

Als ich im Krankenhaus gearbeitet habe, hatte ich ca. 100 Patienten pro Tag. Jetzt arbeite ich nicht mehr im Krankenhaus. Manchmal kommen Leute zu mir nach Hause, denen ich helfe, und manchmal gehe ich ins Kloster und arbeite dort.

5. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?

Als ich noch im Krankenhaus gearbeitet habe, kamen manche Patienten oft. Andere kommen einmal im Monat. Das ist abhängig von ihrer Krankheit. Wenn sie kränker werden, kommen sie öfter.

Krankheitsursachen:

6. Wie wird ein Mensch krank? Welche Ursachen unterscheiden Sie?

Es gibt zwei Ursachen. Die erste ist eine innere Ursache, die andere zwar auch, aber eher eine körperliche. Die erste ist eher mit einem geistigen Ursprung wie z.B. Ärger und Anhaftung verbunden.

Im Allgemeinen behandelt man in der tibetischen Medizin Krankheiten, die von *Lung*, *Tripa* und *Begen* verursacht werden. Aber auch die, die aus *Dug lNga*[4] entstehen. Das sind die fünf Gifte, die von unseren Gefühlen wie Ärger usw. abhängig sind. Durch Ungleichgewicht entstehen Krankheiten.

Einteilung von Krankheiten:

7. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie?

[3] Tibetisch: Khorlo: Rad, Gyamtsho: Ozean.
[4] Tibetisch: fünf Gifte: Eifersucht, Anhaftung, Ablehnung, Ignoranz und Stolz.

Ich persönlich behandele durch meine Erfahrung. Zum Beispiel behandele ich Lungen, Nieren und Herzkrankheiten.

8. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?

Über Kathmandu kann ich nicht viel sagen, weil ich noch nicht so lange hier bin und hier auch nicht so viel als Arzt arbeite. Aber in Tibet werden die meisten Krankheiten durch Kälte verursacht. Das sind Krankheiten, wie zum Beispiel kalte Beine, kalte Füße, aber auch Magenprobleme und Unterleibsprobleme.

Diagnostik und Therapie:

9. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Es gibt drei Methoden: Eine davon ist *blTa Wa*[5]. *blTa Wa* bedeutet: Wenn wir einen Patienten sehen, dann sieht er z.B. sehr schwach aus. Seine Haut ist anders. Das ist die Diagnostik durch Beobachtung. Eine andere Methode heißt *Reg Pa*[6]. Das bedeutet, den Puls zu überprüfen. Befragung ist die dritte Methode.

10. Wie heilen Sie Krankheiten?

Das wichtigste ist, Medizin zu geben. Wenn die Medizin nicht funktioniert, dann gibt es noch eine andere Methode. Die ist sehr geheim. Man muss verschiedene *Mantras* rezitieren und durch die Kraft dieser *Mantras* entsteht die Wirkung. In der heutigen Zeit ist es nicht einfach, diese Mantras zu rezitieren, da man die Übertragung (von einem buddhistischen Lehrer a. d. Ü.) dafür braucht. Man benötigt auch Erklärungen, wie man sie rezitiert. Das wichtigste ist *Mantras* zu rezitieren. Dann gibt es auch noch die Meditation. Das ist für den Arzt sehr wichtig. Der Arzt muss sie praktizieren, damit die Medizin auch wirkt und damit er Kraft kriegt. Und das hilft dann auch dem Patienten.

11. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Ja, es gibt Krankheiten, die ich nicht heilen kann. Aber meistens kann ich die Krankheiten auflösen. Aber man muss viel Erfahrung haben, *Mantras* rezitieren und die Bücher lesen.

Und welche Krankheiten sind das?

Eine Krankheit, die mit der Lunge zu tun haben, oder in der Nähe gelegen ist. In Tibet kann man diese Krankheit nicht heilen. Auf chinesisch heißt sie „kaniquat“. Es gibt auch Methoden dagegen, aber die sind aus der chinesischen Medizin. Aber wir können nicht sehen ob das funktioniert. Für manche schon und für andere nicht.

---

[5] Tibetisch: Inspektion
[6] Tibetisch: Pulsfühlen

12. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Ja, es gibt tibetische Medizin, die nicht wirkt. Manchmal haben Leute in Tibet Medizin hergestellt, ohne genau zu wissen, wie man es machen muss. Oder sie stellen sie her und rezitieren dabei keine *Mantras*. Dann entstehen Probleme, weil keine Kraft dahinter steckt.

13. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie? (Frage falsch verstanden)

Meistens habe ich Erfolg, wenn ich dem Patienten Medizin gebe. Manchmal habe ich auch keinen Erfolg. Die wichtigste Methode ist, *Mantras* zu rezitieren und die Medizin mit *Mantras* zu machen.

14. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Ja, manchmal mache ich das hier. Hier habe ich keine Medizin und überweise die Patienten deshalb zu einem anderen Arzt.

Nur zu tibetischen Ärzten?

Ich schicke den Patienten zu einem anderen tibetischen Arzt. Der untersucht und gibt Medizin. Wenn die tibetische Medizin nicht funktioniert, dann schicke ich ihn zu einem anderen Arzt, der das Problem lösen kann. Das passiert auch manchmal.

15. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?

Es gibt mehr als 300 Pillen in Tibet. Wenn wir unsere ganze Technik, die wir haben, verwenden, würden wir noch mehr als 300 Pillen herstellen können. Die Möglichkeiten sind unzählbar. Wenn man eine gute Idee hat, kann man Medizin herstellen, indem man die Pflanzen durch den Geschmack bestimmt. Damit kann man für jede Krankheit etwas herstellen. Aber es kommt natürlich auf die Zeit an, die man hat.

16. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden?

Ich kann die Medizin selber herstellen. In Tibet habe ich vor allem die Diagnostik gemacht. Es gibt so viele Fabriken in Tibet, die die Pillen herstellen. Eine hat zu dem Krankenhaus gehört, in dem ich gearbeitet habe. Manchmal bin ich auch dorthin gegangen, um Experimente zu machen.

Prävention:

17. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?

Wir können uns durch den Geist schützen. In der tibetischen Medizin gibt es 10 Arten wie man sich verhalten sollte. Es gibt zum Beispiel Übungen, die man ausführen kann. Es gibt so viele verschiedene Methoden und Verhaltensratschläge, wie z.B. in die Sonne oder an einen Fluss gehen und viele andere Dinge.

Allgemein:

18. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Ich denke, dass sie sehr gut ist. Und es gibt auch viele Medikamente. Manchmal kann man besser tibetische Medizin verwenden und manchmal besser allopathische. Ich denke, dass beide Systeme zusammen von großem Nutzen sind.

19. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Für mich ist das sehr leicht. Es gibt verschiedene Arten für mich, wie zum Beispiel Meditationen. Wenn man sehr perfekt in dieser Meditation ist, ist es sehr leicht gesund zu bleiben. Aber wenn wir die Meditation nicht kennen, werden wir krank.

9. Dr. Ngawang Dhakpa (Jimmy Lama)

Kathmandu, 1.1.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

Dr. Dhakpa ist in Nepal geboren. Seine Eltern kamen 1959 aus Tibet hierher. Die Praxis liegt sehr zentral in Kathmandu und scheint auch eine der meist besuchten hier zu sein. Sie ist für nepalesische Verhältnisse sehr modern eingerichtet. In dem Kunphen Medical Center ist es generell nicht erlaubt, dass jemand bei den Konsultationen anwesend ist. Deshalb durfte ich nur eine halbe Stunde Patientendaten aufnehmen. Für ein ausführliches Interview stellte sich Dr. Dhakpa allerdings gerne zur Verfügung.

1. Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?

Ich habe in Dharamsala gelernt. Das ist eine Schule für tibetische Medizin. Heutzutage gibt es sehr viele tibetische Ärzte. Aber sie sind keine wirklichen Ärzte, weil sie nie wirklich studiert haben. Nach ein paar Jahren sagen sie schon, dass sie ein Arzt sind. Sie wissen aber nicht, welche Medizin sie warum einsetzen müssen. Wir kommen aus dem Institut in Dharamsala, das auch vom Dalai Lama unterstützt wird.

2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche?

Normalerweise verwende ich nur tibetische Medizin. Manchmal besuchen mich europäische Ärzte und sie geben mir dann Medikamente für die Notfallmedizin, zum Beispiel ein Mittel gegen Kopfschmerzen. Solche Medizin wenden wir auch manchmal an. Sonst verwenden wir nur tibetische Medizin. Manchmal wende ich auch Massagen an. Ein anderes Mal benutzen wir auch die Goldene Nadel, Moxibustion und das Brenneisen.

3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?

Als ich jung war, bin ich nach Delhi gefahren. Anschließend bin ich nach Darjeeling gekommen. Von Darjeeling zog ich weiter nach Siliguri. Dort gibt es eine Medizinindustrie. Man kann dort lernen, wie die Medizin hergestellt wird. Dann war ich auch in den Bergen, um Pflanzen zu sammeln. Von dort bin ich nach Kathmandu in diese Praxis gekommen. Jetzt bin ich seit 5 Jahren hier. Manchmal reise ich zum Beispiel nach Moskau oder in die USA und erzähle von den Grundlagen der tibetischen Medizin, z. B. wie man diagnostiziert.

4. Wer bezahlt Sie?

Das Gehalt zahlt mein Chef. Bevor ich in diese Praxis kam, hat mein Gehalt die tibetische Regierung gezahlt.

5. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?

In Kathmandu kommen die meisten Patienten in diese Praxis. Wir haben jeden Tag ungefähr 100 Patienten. Bevor ich hier angefangen habe zu arbeiten, waren es nicht so viele Patienten. Als ich hierher kam, wurden es immer mehr. Jetzt haben wir ca. 120 Patienten pro Tag. In anderen Praxen sind es zwischen 20 und 40. Die Leute von hier untersuche ich nur kurz

und gebe ihnen Medizin. Aber für die ausländischen Patienten dauert es 10 bis 15 Minuten, weil sie viel fragen und alles ganz genau wissen wollen. Die Tibeter glauben einfach an die Medizin wie an einen Gott. Wenn ich ihnen sage, sie sollen diese oder jene Medizin nehmen, dann machen sie das, und die Krankheit verbessert sich auch. Sie müssen die Tabletten auch nicht so lange nehmen. Nur ein bis zwei Wochen, dann geht es ihnen schon besser. Als ich zum Beispiel in Moskau war, haben die Ärzte dort 45 Minuten bis zu einer Stunde für einen Patienten gebraucht. Dann ist natürlich der Arztbesuch viel teurer als hier.

6. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?

Die meisten Patienten kommen alle zwei Wochen. Ich gebe auch nur für zwei Wochen Medizin. Wenn sie von sehr weit weg kommen, verschreibe ich die Medizin auch für einen Monat. Meistens aber nur für zwei Wochen.

Krankheitsursachen:

7. Wie wird ein Mensch krank? Welche Ursachen unterscheiden Sie?

Meistens vom Essen, vom Charakter und vom Verhalten. Manche Leute tragen zum Beispiel auch wenn es kalt ist nur ein T-Shirt. Natürlich kann man auch von der Medizin krank werden. Das wichtigste ist, denke ich, das Essen und der Charakter. Die Hauptursache ist natürlich Unwissenheit.

Einteilung von Krankheiten:

8. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie?

Ich behandele alle Krankheiten außer Tuberkulose, denn sie brauchen ein ...(unverständlich). Wir behandeln alles. Der europäische Arzt hat immer spezielle Fachbereiche wie z.B. für die Augen, für die Knochen usw.

9. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?

In Kathmandu sind 70% der Krankheiten Magenprobleme, weil die Menschen dort sehr ölig und scharf essen. Viele essen sehr unregelmäßig, und das vorherige Essen ist noch nicht verdaut. (sinngemäß) Als ich in Delhi war, hatten die meisten Rheuma, Arthritis und Gelenkschmerzen. In Moskau gibt es sehr viel gynäkologische Probleme. Die Männer haben meistens Leberprobleme, da sie viel rauchen und Alkohol trinken.

Diagnostik und Therapie:

10. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Mit Puls, Zunge und auch Urin. Hier benutze ich die Urindiagnostik nicht. Denn wie soll ich den Urin untersuchen, wenn so viel Patienten hierher kommen? Ich habe hier keine Zeit. Wenn nur ein paar Patienten kommen würden, könnte ich den Urin untersuchen. Auch wenn die Leute von weit her kommen, ist das schwer. Dann müssten sie eine Nacht hier in Kathmandu bleiben. So viele Patienten kommen vom Dorf!

11. Wie heilen Sie Krankheiten?

Ich benutze Medizin. **Nur?** Nein, ich benutze auch Schröpfen, Moxibustion und Massage. Außerdem benutze ich die Goldene Nadel und das Brennen. Manchmal gebe ich auch Ratschläge, was sie tun und was sie lassen sollen.

12. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Manchmal kann ich Krankheiten nicht heilen. Das ist sehr schwer. Ich kann nicht sagen, dass es sich dabei um eine bestimmte Krankheit handelt. Ich versuche jede Krankheit zu heilen. Warum kommen Leute in eine Praxis? Weil sie leiden, weil es ihnen schlecht geht. So versuche ich herauszubekommen, wie ich ihnen helfen kann. Dann gebe ich ihnen unterschiedliche Medizin. Bei einigen Patienten hilft das sehr gut. Aber es gibt keine spezielle Krankheit, die ich nicht heilen kann. Zu mir kommen oft Krebspatienten, denen der Arzt gesagt hat, sie würden nach einer bestimmten Zeit sterben. Diese Patienten kommen hierher. Ich gebe ihnen Medizin. Einigen der Patienten geht es jetzt sehr gut. Sie arbeiten sogar noch. Viele Leute denken, der tibetisch Arzt sei etwas sehr besonderes. Sie glauben an ihn, wie an einen Gott. Sie kommen dann oft und bringen mir Geschenke. Aber ich denke, das liegt nicht so sehr an mir. Es ist das Verhältnis zwischen mir und meinen Patienten. Zum anderen hilft der Glaube, der sehr starke Glaube. Jeden Morgen bevor die Patienten kommen, rezitiere ich den Text an den *Medizinbuddha*.

13. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Ich sage nie, dass irgendeine Medizin nicht gut ist. Ich glaube daran, dass die Medizin von *Buddha* gegeben wurde. Bevor ich diagnostiziere lese ich jeden Tag diesen Text und bete zum *Medizinbuddha*: “Bitte gib mir die Kraft zu helfen!“ Wie kann ich dann sagen, dass eine Medizin schlecht ist? Jede Medizin ist gut. Manchmal weiß ich nicht genau, welche Medizin ich geben soll. Dann gebe ich dem Patienten Ratschläge und lehre ihnen das *Mantra* vom *Medizinbuddha*. Bevor man die Medizin nimmt, sollte man das *Mantra* vom *Medizinbuddha* rezitieren. Jede Medizin ist gut!

14. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?

Erst mache ich Pulsdiagnostik und befrage den Patienten. Dann gebe ich Medizin für zwei Wochen. Danach kommen die Patienten wieder, und ich frage, wie es ihnen jetzt geht. Ich mache ein weiteres Mal Pulsdiagnostik. Der Puls wird sich verändert haben. Manche Patienten fragen, wie lange sie die Medizin nehmen sollen. Einen Monat, zwei Monate? Ich sage ihnen dann, dass die tibetische Medizin nicht wie ein Kurs ist, der über ein oder zwei Monate geht. Es handelt sich um eine natürliche Medizin ohne chemische Stoffe. Man kann die Medizin nehmen und wenn man denkt, okay, jetzt geht es mir besser, ich brauche sie nicht mehr, dann kommt man wieder hierher, und ich überprüfe die Wirkung der Medizin. An-

schließend kann man die Medizin absetzen. Aber man sollte die Ratschläge für ein paar Monate beachten. Dann ist der Patient gesund.

15. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Ja, natürlich! Manchmal kommen Patienten mit sehr starken Blutungen. Für die Erste Hilfe kann die tibetische Medizin nicht so viel leisten, also wissen, wie man die Blutung stoppt. In diesen Fällen überweise ich zu einem anderen Arzt. Erst sollen sie zu einem allopathischen Arzt gehen, der die Blutung stoppt. Danach sollen sie wiederkommen. Ich werde die Krankheit dann von der Wurzel her heilen. Manchmal schicke ich einen Patienten für die Diagnostik zu einem allopathischen Arzt, z.B. für Röntgenaufnahmen usw. Dann bringen sie mir den Bericht, und ich gebe ihnen Medizin. Wenn ich sie dorthin schicke, dann kann man richtig sehen, wie die Krankheit sich verbessert. Wenn ich nur sage, dass es besser wurde, glauben das manche, aber andere nicht. Deshalb schicke ich sie dorthin, bevor sie anfangen, die Medizin zu nehmen. Nachdem sie Medizin eingenommen haben, gehen sie wieder dorthin und lassen sich durchchecken. Man kann dann das Ergebnis vergleichen.

16. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?

Wir haben um die 200 verschiedene Pillen hier.

17. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden? Wir machen sie hier selbst.

18. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke?

Sehr selten. Für die Patienten mit Urininfektionen oder bei Geschlechtskrankheiten verschreibe ich sie. Tibetische Medizin hilft auch, aber für die schnelle Linderung ist die allopathische Medizin sehr gut, da die Patienten oft starke Schmerzen haben, wenn sie zur Toilette gehen. Für die schnelle Linderung gebe ich auch allopathische Medizin.

Prävention:

19. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?

Ja, natürlich! Ich verschreibe normalerweise spezielle tibetische Medizin. Darüber hinaus gibt es drei Dinge: *Zas* bedeutet Ernährung, „Chölom“ bedeutet Charakter und „Günge“ bedeutet „jeden Tag“, also nicht nur zu einer Jahreszeit, sondern jeden Tag. „Günge“ heißt „der Charakter der Jahreszeit“. Es bedeutet: „was wir sofort tun können“. Wir unterscheiden verschiedene Arten, also z. B. verschiedene „Essenscharaktere“. Wir kennen drei Gruppen für die wir Ratschläge geben, wie wir von Krankheiten befreit bleiben. Auch für Sex haben wir verschiedene gute Zeiten wie im Sommer oder Winter. Wenn Leute zu einer falschen Zeit zusammen sind, dann fließen die Energien nicht richtig, und sie werden auch krank (sinngemäß). Es gib sehr viele Ratschläge z. B. auch über Wasser, Fleisch usw.

Allgemein:

20. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Ich mag sie. Ich liebe sie. Teile ihrer Medizin sind sehr gut. Hier in Kathmandu gibt es viele europäische und amerikanische Ärzte. Sie machen sehr viel. Sie nehmen Blut ab und untersuchen es. Ich mag die allopathische Medizin, weil sie so viele Mittel haben wie z. B. die Operationen und die ganzen technischen diagnostischen Mittel. Sie ist sehr gut. Sie zeigen deutlicher welchen Typ Krankheit man hat. Sie legen genau fest, an welchem Punkt die Krankheit steckt, sogar mit Photo! Manchmal denke ich, das ist von einem Gott gemacht, wie will man sonst so genau hineinsehen können?

21. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Zum Beispiel hatte ich vor kurzem starke Schmerzen in der Niere. Ich habe meine eigene Medizin genommen. Zuerst hatte ich sehr starke Rückenschmerzen. Ich wusste, dass ich Probleme mit der Niere hatte, da ich meinen Urin untersucht habe. Jetzt sage ich dir, dass die europäische Technik sehr gut ist. Denn ich bin in ein Krankenhaus gegangen, und die Ärzte haben durch Röntgen festgestellt, dass ich einen Stein habe. Wenn sie mich nicht geröntgt hätten, hätte ich das auch nicht sehen können. So habe ich die Medizin genommen und der Stein kam mit dem Urin heraus. Wenn ich ein sehr schlimmes Problem habe, gehe ich in die Klinik zu einem allopathischen Arzt. Zuerst probiere ich es jedoch mit meiner Medizin. Hilft sie nicht, gehe ich dorthin. Viele Patienten gehen erst zu einem europäischen Arzt. Wenn der ihnen nicht helfen kann, kommen sie hierher. Bei ein paar Patienten hilft die allopathische Medizin zwar, aber sie mögen nicht das Chemische, da sie sonst nach der Krankheit Probleme kriegen. Dann kommen sie auch hierher.

Ich möchte noch etwas sagen! Ich habe einen Plan oder ein Ziel, dabei habe ich auch ein wenig Unterstützung von Freunden. Ich versuche Unterstützung aus einem anderen Land zu erhalten. Wenn ich finanzielle Unterstützung bekomme, möchte ich noch eine Praxis eröffnen, in der ich 2-3 mal die Woche arbeite, aber kostenlos. Ich arbeite hier seit ca. 5 Jahren, habe viele Probleme gesehen, und hier gibt es nichts umsonst für die Patienten. Manche haben ein sehr schlimmes Leiden und besitzen nicht genug Geld die Medizin zu kaufen. Deshalb möchte ich eine Praxis für solche Patienten und auch für Mönche und Nonnen gründen. Ich denke, dass ich die Praxis in ca. einem Jahr eröffnen kann.

10. Dr. Ngawang Soepa

Kalimpong, 13.1.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

Dr. Soepa hat eine kleine Praxis in Kalimpong. Er arbeitet dort alleine mit nicht allzu viel Patienten. Ich habe zwei Tage in seiner Praxis verbracht. Es waren aber nur sehr wenig Patienten da, was daran lag, dass zu dieser Zeit in Bodhgaya eine große Veranstaltung mit dem Dalai Lama stattfand und deshalb nur wenig Tibeter in Kalimpong waren. Leider ist sein Englisch nicht sehr gut. Deshalb fiel das Interview sehr kurz aus.

1. Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?
In Dharamsala. Ich habe fünf Jahre gelernt.
2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche? Nur tibetische Medizin.
3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland? Nur hier.
4. Wer bezahlt Sie? Die tibetische Regierung.
5. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag? 10 bis 30
6. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?
Das ist sehr verschieden. Alle 10 Tage, 15 Tage oder ein Mal im Monat.

Einteilung von Krankheiten:
7. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie?
Viele Krankheiten: Arthritis, Gastritis, Magenprobleme, Asthma, Nervenprobleme
8. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?
Viele Patienten haben Magenprobleme und Arthritis. Aber meistens kommen Magenprobleme vor. Dagegen haben wir gute Medizin.

Diagnostik und Therapie:
9. Wie erkennen Sie eine Krankheit?
Ich benutze Puls, Urin, Zunge, Auge und manchmal das Gesicht.
10. Wie heilen Sie Krankheiten?
Medizin, Schröpfen, Moxibustion und Massage
11. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?
Ja. Manche kommen hierher und die Krankheit hat sich nach 10 Tagen oder 2 Monaten noch nicht verbessert. Dann schicke ich sie zu einem anderen Arzt.
12. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie? ca. 200
13. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden? von Dharamsala
14. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke? nein

Prävention:

15. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche? ja

Allgemein:

16. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin? Sie ist gut.

17. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Das gleiche. Ich nehme tibetische oder allopathische Medizin. Wenn ich sehr starke Schmerzen habe, nehme ich allopathische Medizin. Die tibetische Medizin wirkt sehr langsam.

11. Dr. Jampa Yonten

Kalimpong, 14.1.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

Dr. Jampa Yonten ist ein Arzt aus Darjeeling. Er arbeitet für das Chakpori Institut in seiner eigenen Praxis. In Chakpori hat jeder seine speziellen Aufgaben. Manche arbeiten zum Beispiel in der Pharmazie. Wenn Medizin hergestellt wird, schickt ihn Trogawa Rinpoche, der Leiter von Chakpori, dorthin und er hilft auch dort bei der Arbeit mit. An bestimmten Tagen, wie am 10. Tag oder an Vollmond, haben sie dort Praxistag und rezitieren Pujas.

Dr. Jampa ist in Indien geboren. Seine Eltern wohnen in Südindien. Ich traf ihn zufällig in Kalimpong und konnte ihn gleich zu einem Interview überreden.

1. Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?

Ich habe in Darjeeling gelernt. Wie das gekommen ist? Ich war noch kein Medizinstudent als ich zur Schule gegangen bin. Dann habe ich tibetische Ärzte beobachtet, wenn sie den Puls gefühlt haben. Es war für mich so verblüffend, dass man allein durch Pulsfühlen alles wissen kann. Das machte mich neugierig. Dann bin ich nach Dharamsala gegangen. Ich wollte dort studieren, aber bekam keinen Platz. Ich war drei Jahre dort und habe privat bei einem Lehrer gelernt, der in Dharamsala wohnt. Er heißt Dr. Lobsang Chengön. Dann habe ich einen Arzt aus Darjeeling getroffen. Wenn er in Dharamsala war, habe ich ihm Englisch beigebracht und er mir tibetische Medizin. Er hat mich dann eingeladen, nach Darjeeling zu kommen. 1997 bin ich nach Darjeeling gegangen. Das meiste habe ich in Darjeeling gelernt, aber auch in Dharamsala.

2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche?

Ich arbeite nur mit tibetischer Medizin, aber ich versuche auch andere Arten zu lernen. Zum Beispiel Ayurveda und auch das allopathische Medizinsystem. Ich versuche mit Leuten zu kommunizieren, wie zum Beispiel mit allopathischen Ärzten oder Ayurveda Ärzten. Im Moment lerne ich Ayurveda in Gujarat (Provinz in Indien). Dort haben sie eine alte Universität für Ayurveda. Ich bin dorthin gefahren, um Ayurveda zu lernen und einige Forschungen zu betreiben. Viele Leute sagen, dass tibetische Medizin und Ayurveda viele Ähnlichkeiten haben, aber keiner kann sagen, was gleich und was verschieden ist. Ich konnte mit meinen Kursen in Ayurveda nicht anfangen, weil es so heiß, ca. 35 bis 40 ℃, war und ich von den Bergen kam. Ich hatte dann Erkältung und Malaria. So konnte ich die Kurse nicht machen. Aber ich werde es noch tun. Ich versuche mehrere Sachen zu lernen.

Benutzen Sie es auch? Nein, in der Praxis nicht. Ich versuche mehr Wissen zu sammeln, um zu sehen, was unterschiedlich ist. Akupunktur versuche ich mit unserer Moxibustion zu vergleichen. Man sieht viele Ähnlichkeiten. Aber ich benutzen sie nicht.

3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland? Sie haben mir erzählt, dass sie schon in Deutschland waren.

Ich war auch in Kroatien. Als ich dorthin ging haben mich viele gefragt, wieso ich in so ein unbekanntes Land fahre. Dort haben die Menschen auch viele Probleme! Ich bin ein Arzt. Ich muss nicht in ein bekanntes Land fahren. Mein Ziel ist es, den Leuten zu helfen. Sie brauchen unsere Medizin wirklich. Und sie kommen zu uns nicht nur weil wir Ärzte sind, sondern mehr zu uns als *Lamas*. Zwei schwangere Frauen kamen und sie fragten mich, wie sie ein gutes, fröhliches Kind kriegen können. Patienten stellen mir auch so viele spirituelle Fragen. Das ist der Grund, warum ich dorthin fahre.

4. Wer bezahlt Sie? Das Chakpori Institut.

5. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag? 10 bis15, Minimum 8

6. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?

Schwache Leute, die chronische Krankheiten haben, kommen sehr oft, da es sehr lange dauert, bis sie geheilt werden. Die meisten meiner Patienten kommen häufiger zu mir.

Krankheitsursachen:

7. Wie wird ein Mensch krank? Welche Ursachen unterscheiden Sie?

Viele Leute sind nicht sehr um ihre Gesundheit besorgt. Sie verleugnen ihre Krankheit. Zum Beispiel kümmern sie sich nicht darum, wenn es ihnen kalt ist. Oder sie verleugnen ihren Schmerz. Wenn man ein kleines Problem hat, zum Beispiel ein Nierenproblem, und zum Arzt geht, und er die Niere herausnimmt, dann bekommt man damit wieder ein Problem. So wird das ganze immer mehr chronisch. Viele Leute lassen sich so schnell ihre Organe entnehmen und das macht Probleme. Dann werden die Krankheiten chronisch. Schließlich kommen sie zu uns, und dann dauert die Heilung wirklich lange. Viele Leute achten wirklich überhaupt nicht auf ihre Gesundheit, ich meine nicht alle, aber die Mehrheit. Viele sind so sensibel und gehen schon bei Kleinigkeiten zum Arzt. Wenn ich den Puls untersuche, könnte ich sagen, dein Nierenpuls ist nicht so gut. Dann wärst du sofort besorgt. Oje, meine Niere funktioniert nicht. Soll ich mich operieren lassen? Bei den Tibetern ist das nicht so. Wenn ich das zu ihnen sage, sind sie nicht sehr beunruhigt, es sei denn es wird noch schlechter.

Einteilung von Krankheiten:

8. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie?

Ich behandele fast alle Krankheiten. Als ich in Kroatien war, hat mein Organisator gesagt, dass ich Schizophrenie nicht behandeln soll, weil die Patienten so kompliziert sind. Es könnte etwas passieren. Aber ich behandle alle Krankheiten. Ich bin ein Arzt. Ich kann nicht sagen, dass ich nur diesen oder jenen Fall nehme. Als tibetische Ärzte haben wir keine Spezialisten. Wir lernen alle Krankheiten kennen. Ich sagte zu meinem Organisator, dass ich auch Schizophrenie in Kroatien sehen will. Er dachte, dass das für ihn ein Problem werden könn-

te. Aber ich meinte, da ich ein Arzt bin, will ich auch diese Patienten nehmen. Es ist nicht notwendig, dass ich Medizin gebe, aber ich kann ihnen Ratschläge geben. Ich kann auf unterschiedliche Weise heilen. Also, ich nehme alles, nicht nur körperlich Krankheiten!

9. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?

Heutzutage haben viele Leute eine Lähmung. Letztes Jahr waren so viele Patienten mit Lähmungen in Darjeeling. Ich hatte bis dahin noch nicht so viele behandelt. Die Patienten wollten mich sehen, und ich musste zu ihnen nach Hause kommen, da sie nicht gehen konnten. Nach der Therapie konnten sie gehen. Das war so phantastisch, weil diese Krankheiten so schwer zu heilen sind. Wir konnten es in sehr kurzer Zeit schaffen....Jetzt nehme ich viele Patienten. Aber sonst haben wir gewöhnlich viel Rheuma, Erkältungen und Bluthochdruck. Das sind sehr häufige Krankheiten. Sinusitis ist auch ein Problem. Aber seit letztem Jahr nehmen die Lähmungen wirklich zu. Viele sind zum Neurologen gegangen, aber das war sehr teuer. Wir in Chagpori verlangen kein Geld für den Arztbesuch. Wenn ich solche Patienten sehe, dann will ich kein Geld, dann helfe ich ihnen einfach. Wir haben so viele Krankheiten, aber die meisten entstehen dadurch das es sehr kalt ist. Deshalb haben wir viele kalte Krankheiten wie Rheuma, Zucker, ... auch neurologische Probleme. Das kriegt man alles durch Kälte.

Diagnostik und Therapie:

10. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Als erstes stelle ich Fragen. Dabei gibt es für viele Leute ein Missverständnis. Sie denken, ich fühle den Puls und weiß dann alles durch den Puls. Aber in unseren Texten steht, dass Fragen zu stellen das Wichtigste ist. Durch Pulsuntersuchung wissen wir viel, aber die Texte sagen, dass Fragen das Wichtigste ist. Deshalb befolge ich den Text. Ja, wenn man nur den Puls fühlt, dann kann man viel über den Patienten sagen. Aber ich mache das nicht so. Ich möchte wissen, welche Probleme der Patient hat und wie ich ihm mit seiner Zusammenarbeit helfen kann. Ich möchte nicht berühmt werden. Manche Ärzte sagen, du hast dies oder das. Aber meine Motivation ist wirklich dem Patienten zu helfen! Nach dem Befragen schaue ich mir den Körper an wie Augen, Zunge und Urin. Dann untersuche ich den Puls.

11. Wie heilen Sie Krankheiten?

Hauptsächlich benutze ich Medizin. Außerdem gebe ich viele Ratschläge zum Verhalten. Das Verhalten ist sehr wichtig. Dann gebe ich Ratschläge zur Ernährung. Wenn es gebraucht wird, führe ich die Goldene Nadel Behandlung durch. Aber ich mache sie nicht so oft, weil ich erst mit Veränderungen im Lebensstil und in der Ernährung therapiere. Das ist so wichtig, weil die Leute dies so wenig berücksichtigen. Ich versuche die meisten meiner Patienten wirklich zu unterrichten. Ich sage ihnen, dass sehr viel vom Patienten selbst abhängt und nicht nur vom Arzt. Wenn die Patienten auf ihre Ernährung und ihr Verhalten achten

würden, dann könnten sie wirklich gesund bleiben! Viele Leute wissen nicht, dass sie sich selbst gesund halten können. Das ist es, was ich versuche zu lehren. Lebensstiländerung, wie man positiv denken kann und wie man sich selbst beruhigen kann! Ich sah viele sehr aggressiv Leute. Das macht sie so oft zu schlechten Personen. Dann sind sie oft sehr einsam. Auch gibt es so viele Familienprobleme. Wenn sie dann zu uns kommen, geht es ihnen oft schon besser, wenn man ihnen zuhört. Das ist es, was ich ihnen immer sage. Wenn man positiv denkt, dann braucht man das alles gar nicht. Man ist viel offener und braucht nicht immer jemanden zum Reden. Wenn man verschlossen ist, denkt man, dass alles zu viel wird und möchte mit jemandem reden. Als ich in Europa war, hatte ich eine halbe Stunde Zeit für einen Patienten. Das war wirklich genug Zeit. Ich habe dort ein Interview gegeben und gesagt: „*Mitgefühl* als Heilmittel". Ich erklärte ihnen die Motivation eines tibetischen Arztes. Danach kamen so viele Patienten und haben sich bei mir bedankt. Ich sage nie, das allopathisch Ärzte schlecht sind. Sie sind sehr gut in ihrem eigenen Bereich. Aber die Patienten mochten es sehr, wie ich mit ihnen umgehe. Sie fühlten sich danach sehr gut. Erst kamen sie sehr depressiv an und beim nächsten mal lachend. Du siehst sie nicht mehr als Patient, sondern mehr als einen Freund. Deshalb sollte man sie nicht als Patienten sehen, sondern wenn möglich wie sein eigenes Kind. So wie die Mutter ihr Kind sieht. Wenn man dies alles macht, funktioniert es wirklich! Das meine ich mit *Mitgefühl* als Heilmittel. Also mit dem Herzen handeln. Hier im Westen sind die Ärzte so beschäftigt. Sie sehen sich nur den Bericht an. Sie fragen nicht und finden nicht heraus, was das wirkliche Problem ist. Es ist nicht nur ein körperliches Problem, sondern auch ein geistiges. Therapien wie Moxibustion mache ich nicht so schnell. Zuerst versuche ich es mit Ernährung, Verhalten, Medikamenten. Wenn es dann gebraucht wird, mache ich das andere auch.

12. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Erst vor kurzem war eine alte Frau bei mir. Sie hatte Probleme mit den Nasennebenhöhlen. Sie hat seit 13 Jahren Nasenbluten. Sie ging oft zum Arzt, aber er konnte es nicht stoppen. Später hatte sie eine Art Tumor in ihrer Stirn. Dann ging sie zum Arzt. Er hat ihr gesagt, dass sie einen bösartiger Krebs hat. Sie haben ihr gesagt, dass er nicht behandelt werden kann. Sie sollte operiert werden. Später kam sie mich besuchen und hat mich gefragt. Ich habe gesagt, du bist schon sehr alt. Ich denke nicht, dass du operiert werden sollst. Ich versuche mein Bestes. Wenn du jetzt nach Darjeeling gehst, kannst du die Frau sehen. Sie hat auch ein Röntgenbild. Es ist alles verschwunden. Und das Bluten hörte auch auf. Es hat seit 13 Jahren geblutet. Sie hat seit 13 Jahren allopathische Medizin genommen, aber die Ärzte konnten das Bluten nicht stoppen. Ich habe auch vom Aidsproblem gehört, aber noch keine Patienten gesehen. Ich habe sehr viele Krebspatienten. Ich kann nicht sagen, dass ich sie alle geheilt habe, aber sie befinden sich in einem sehr guten Zustand. Sie haben weniger Schmerzen, sie können wieder essen. Manche Patienten haben gesagt, dass sie nicht essen

können und sich übergeben müssen. Die Ärzte haben viel probiert wie Bestrahlung usw. Dann haben sie meine Medizin genommen, und jetzt geht es ihnen wirklich sehr gut. Ich kann natürlich nicht sagen, dass ich sie geheilt habe. Aber es geht ihnen gut. Außer Aids habe ich fast alle Krankheiten und die lassen sich sehr gut behandeln.

13. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Ich denke nicht, dass ich irgendeine Methode ablehnen kann. Zum Beispiel Operationen, die benutzen wir heute nicht mehr, weil es viel bessere in der allopathischen Medizin gibt. Man wäre wirklich dumm, mit unseren Messern Operationen zu machen. Aber ich kann sie nicht ablehnen, weil sie zu ihrer Zeit gut waren. In Tibet gab es einen Arzt, der hat sogar ein Herz transplantiert. Aber ich habe so etwas nie gesehen.

14. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?

Ja, bei der Krebspatientin, von der ich erzählt habe, da kann man es sehen. Erst kommt sie und kann nichts essen und hat Schmerzen. Dann verschreibe ich Medizin für zwei Wochen. Danach kommt sie zurück. Sie hatte keine Schmerzen mehr und konnte essen. Schon nach zwei Wochen kann man es sehen. Ich kann es auch durch den Puls sehen. Zum Beispiel bei Diabetes, bei diesen Patienten ist der Puls sehr hoch. Danach ist er besser. Manchmal wird danach nichts mehr benötigt. Bei Krebspatienten zum Beispiel verschreibe ich dann neue Medizin. Auch wenn es ihnen gut geht, gebe ich etwas zur Prävention.

15. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Ja, wenn es benötigt wird. Zum Beispiel diese Frau! Erst hatte sie große Schmerzen. Dann gab ich ihr Medizin und die Schmerzen gingen weg. Später hat es irgendwann noch mal zu bluten begonnen, und ich habe ihr geraten, zu einem allopathischen Arzt zu gehen. Sie haben bessere Möglichkeiten die Blutung zu stoppen. In der tibetischen Medizin nimmt man die Pillen. Wenn es hilft ist es gut. Wenn nicht, muss man zum Arzt gehen. Wo es notwendig ist, rate ich ihnen, dorthin zu gehen. Zum Beispiel auch bei sehr ernsten Brustproblemen. Sie gehen oft auch für Röntgenaufnahmen dorthin, auch wenn sie die chemische Medizin nicht nehmen wollen. Wenn Frauen ein Problem haben, schicke ich sie zum Gynäkologen. Wo immer es gebraucht wird, überweise ich.

16. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie? ungefähr 100

17. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden?

Unser Institut stellt sie her. Wenn unser *Rinpoche* sie macht, gehe ich manchmal auch in die Pharmakologie zu ihm.

18. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke?

Nein, wenn es nötig ist, überweise ich zu einem entsprechenden Arzt. Ich lerne zwar über andere Medizinsysteme, aber ich benutze sie nicht. Ich benutze auch kein Stethoskop, obwohl ich weiß, wie man es benutzt. Manche tibetische Ärzte verwenden es.

Prävention:

19. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?

Ja, zuerst sage ich den Leuten, dass sie sehr positiv sein sollen. Manchmal entstehen Krankheiten durch den Geist. Kleine Krankheiten werden immer größer. Der Geist ist sehr wichtig. Man braucht eine andere Herangehensweise. Wenn man das hat, hilft das dem Körper auch. Heutzutage im technologischem Zeitalter werden die Leute so egoistisch, sind so materiell und differenzieren zu stark zwischen Körper und Geist. Sie haben sehr viele Probleme mit sich. Das Materielle ist wichtig, aber manchmal ist auch das spirituelle sehr wichtig. Wir müssen nicht ins Kloster gehen und beten. Es ist wichtig, einen positiven Geist zu haben. Manchmal entstehen Krankheiten durch einen negativen Geist. Eine sehr positive Herangehensweise zu haben, ist so wichtig, da Körper und Geist miteinander verbunden sind! Manchmal vergisst man, dass der Geist mit dem Körper verbunden ist. Wenn man nicht auf seinen Körper achtet, merkt man gar nicht, dass man ein Problem hat. Das Körperliche kann jeder sehen. Aber geistige Problem kann man nicht sehen, und man leidet!

Allgemein:

20. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Es ist so toll, dass man jedes Körperteil von Innen sehen kann. Aber manchmal fehlt das *Mitgefühl*! Es wäre gut, wenn die allopathischen Ärzte ein bisschen spiritueller wären! Das heißt nicht, dass sie Buddhisten werden müssen! Wenn sie versuchen *Mitgefühl* zu praktizieren, mehr Zeit zu haben und den Patienten als ihr eigenes Kind zu sehen wäre schon die Therapie besser! Allopathische Medizin könnte viel wirkungsvoller sein, wenn sie das beachten würden.

21. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Als ich in Kroatien war, musste ich einen öffentlichen Vortrag halten und danach Interviews geben. Als ich dann kam, konnte ich mich kaum bewegen. Ich war wirklich krank. Mein Organisator war sehr besorgt. Ich sagte, mache dir keine Sorgen. Ich will nur in mein Bett gehen, kein Abendessen oder sonst was. Ich sagte ihm, ich will einfach nur heißes Wasser und er brachte es mir. Dann ging ich ins Bett. Ich nahm das heiße Wasser und gab ein bisschen Butter dazu. In Tibet ist Butter eines der nahrhaftesten Nahungsmittel. Zu dieser Zeit hatte ich keine Energie mehr. Ich wusste welches Problem ich hatte. Nach ungefähr einer halben Stunde habe ich mich geheilt, indem ich dies langsam trank. Es hängt davon ab, welches Problem ich habe. Aber ich kann mich selber heilen, durch das Wissen, das ich habe. Ich weiß nicht, ob es Sachen gibt, die ich nicht selber heilen kann. Wenn ich es unbedingt brauchte, würde ich natürlich zu einem allopathischen Spezialisten gehen. Aber zuerst versuche ich, mich selbst zu heilen . Mein Organisator hatte Angst und wusste nicht, was er tun sollte. Aber ich wusste, was ich hatte und was zu tun war. Ich wusste auch, dass ich keine

Medizin nehmen musste. Wenn man das Problem des Patienten erkennt und richtig diagnostiziert, wird die Medizin helfen, wie auch immer man sie gibt. Wenn du wirklich weißt, was das Problem ist, wird es helfen.

12. Amchi Tashi Namgyal

(Tibetan Herbal Medicine Specialist)

Gangtok, 19.1.2003, mit Übersetzer, mit Diktiergerät

Ich habe Dr. Namgyal, der 5. Drupta Arzt seiner Generationslinie in seiner Praxis in Gangtok besucht. Da er kein Englisch spricht, hat ein Tibeter aus dem „Institut of Tibetology" übersetzt. Der Arzt arbeitet alleine in seiner Praxis mit zwei Assistenten. Fast gegenüber befindet sich die Men-Tsee-Khang Praxis. Auch sein Sohn arbeitet in Gangtok als tibetischer Arzt. Somit befinden sich in dem eher kleinen Gangtok drei tibetische Ärzte relativ nah beieinander. Amchi Tashi Namgyal ist in Tibet geboren, von wo er auch sein Wissen hat.

1. Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?
Ich habe tibetische Medizin in Tibet gelernt. Mein Großvater war mein Lehrer. Meine ganze Familie arbeitet mit tibetischer Medizin.

2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche? Nur tibetische Medizin.

3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Ja, manchmal reise ich in andere Länder. Ich bin nach Singapur, England und Kanada gefahren.

4. Wer bezahlt Sie? (arbeitet privat)

5. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?
Das ist sehr unterschiedlich. Manchmal habe ich vier oder fünf, manchmal habe ich 15 bis 20 Patienten.

6. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?
Die meisten Patienten, die hierher kommen und tibetische Medizin wollen, haben sehr alte Krankheiten. Deshalb dauert es eine lange Zeit, solche Patienten zu heilen. Sie kommen sehr lange.

Krankheitsursachen:

7. Wie wird ein Mensch krank? Welche Ursachen unterscheiden Sie?
Es gibt so viele verschieden Arten von Krankheiten. Es gibt drei grundlegende Ursachen. Die heißen *Lung*, *Tripa* und *Begen*. Das sind die drei hauptsächlichen Gründe.

Einteilung von Krankheiten:

8. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie? alle

9. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?
Allopathische Ärzten sagen dazu Gastritis. Tibeter sagen, dass dies eine sehr einfache Definition ist. Es gibt unzählig viel Zusammenhänge, wie Komplikationen dieser Art entstehen.

Die zweite Krankheit entsteht durch *Lung*, das ist Schwindel, Depression und Schlaflosigkeit und auch bestimmte Arten von Fieber. Diese Krankheiten kommen hier oft vor.

Diagnostik und Therapie:

10. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Eine Methode ist, zuerst mit dem Patienten zu sprechen, was ihm fehlt und wie er sich fühlt herauszufinden. Zuerst muss man sich lange mit dem Patienten unterhalten. Als zweites fühle ich den Puls mit meinen Händen. Ich lege drei Finger auf den Puls und mit jedem Finger kann man zwei Pulse fühlen. Das dritte ist der Urintest. Der Patient muss etwas von seinem Urin mitbringen, und ich untersuche ihn.

11. Wie heilen Sie Krankheiten?

Wir haben unterschiedliche Medizin für Krankheiten wie Schlaflosigkeit und Depression. Es gibt verschiedene Arzneien für diese Krankheiten. Gegen Magenbeschwerden gibt es auch eine große Anzahl von Medizin. Gegen Sodbrennen auch! Sodbrennen zeigt, dass die Krankheit sehr alt ist. **Nur Medizin?** Ich benutze Medizin, Moxibustion, die Goldene Nadel und auch Aderlass. Es gibt nur noch ganz wenige Ärzte, die das können. Außer mir noch ein paar in Dharamsala. ***Mantras* und Rituelles?** Ja, so etwas gibt es, aber ich benutze es nicht in der Behandlung.

12. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Ja. Wenn die Krankheit sehr neu ist, kann sie mit Medizin kontrolliert werden. Wenn sie sehr alt ist und der Patient sich keiner Behandlung unterzogen hat und in einem sehr schlechten Zustand ist, kann man ihn oft nicht mehr heilen.

13. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab? (Frage falsch verstanden)

Es gibt Fälle, bei denen eine falsche Diagnose gemacht wurde, weil der Patient so viele verschiedene Ärzte besucht hat. Dann können sich viele Komplikationen entwickeln. In solchen Fällen verwende ich keine Medizin sondern Moxibustion.

14. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?

Das sieht der Arzt, wenn der Patient immer wieder kommt. Man sieht es an der körperlichen Erscheinung. Der Patient kommt auch immer wieder.

15. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Ja, bei manchen Krankheiten schicke in den Patienten zu einem allopathischen Arzt.

16. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?

Ich stelle keine Pillen her. Ich benutze nur Pulver. Ich habe ungefähr 50 verschiedene Arten. Aber da viele Kräuter nicht mehr zu bekommen sind, mache ich jetzt nur noch ca. 30 verschiedene Pulverformen.

17. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden?
Ich mache sie selber. Viele kann ich in Sikkim bekommen. Manche bekomme ich aber auch aus Delhi und Amritsa, das ist in Panjab. Dort habe ich ein paar Quellen.
18. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke? Nein

Prävention:
19. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?
Es ist die Pflicht eines Arztes Ratschläge zu geben, wie man sich vor Krankheiten schützen kann. Ich rate ihnen, sich richtig zu ernähren und auch wie sie sich richtig verhalten sollen.

Allgemein:
20. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?
Die allopathische Medizin ist generell gesprochen sehr gut. Ich habe einen guten Eindruck von ihr. Für manche Patienten ist es auch besser eine Behandlung mit allopathischer Medizin zu bekommen als mit tibetischer Medizin.
21. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?
Ich bin oft krank gewesen. Als ich zwanzig war, wurde ich das erste Mal krank. Ich wurde damals in Tibet sehr ernsthaft krank. Ich hatte ein Magenproblem. Es gab dort keine allopathische Medizin, sondern nur tibetische. Ich wurde mit Moxibustion behandelt. Die Diagnose heißt auf tibetisch Kjau. Ich habe sehr viele Moxabehandlungen gehabt und wurde damit geheilt. Es ist nicht nur die Medizin die hilft, sondern auch die Moxibustion.

13. Dr. Dorje Keldor

Gangtok, 20.1.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

Dr. Keldor arbeitet für das Men-Tsee-Kang in Gangtok, Sikkim. Er wurde in Tibet geboren. In seiner Nähe befindet sich eine weitere Praxis für tibetische Medizin.
Dr. Keldor betreibt einige Forschungen über die Heilerfolge der tibetischen Medizin, wie zum Beispiel bei Krebs, Cholelithiasis und Diabetes. Er spricht ein sehr gutes Englisch und ist auch mit unserem allopathischen Medizinsystem sehr gut vertraut.

1. Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?
Ich habe im Men-Tsee-Kang gelernt. Ich habe meinen Abschluß in tibetischer Medizin und in Chirurgie gemacht. Auf tibetisch sagen wir *sMan-pa Kachupa*[7]. Das ist ziemlich das gleiche wie ein Abschluß in MBBS und auch wie in Ayurveda und Chirurgie. Das System ist unterschiedlich, aber der Weg, wie wir es studiert haben, ist fast der gleiche.
2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche?
Ich praktiziere natürlich nur tibetische Medizin. Kein Arzt darf irgendein Medizinsystem praktizieren, das er nicht gelernt hat. Das geht gegen die Ethik. Deshalb wende ich nur tibetische Medizin mit seinen Heilsystemen wie Meditationen und Yoga an. Das sind zusätzliche Heilsysteme, die ich meinen Patienten empfehle. Sonst wende ich nur tibetische Medizin an und keine anderen Systeme wie z. B. Akupunktur.
3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Ja, ich bin zwei Mal nach Deutschland gefahren. Das erste Mal eher als Urlaub. Nebenbei habe ich ein paar Patienten gesehen, da meine Freunde nachgefragt haben. Das zweite Mal reiste ich auf Anfrage von ein paar Freunden nach Deutschland, die dann alles für mich organisiert hatten. Ich bin auch hier sehr viel herumgefahren und habe viele Städte gesehen. Plätze wie Ladakh, Gujarat (wo 2002 das Erdbeben war) und auch Städte in Südindien wie Bangalore und Madras. Ich habe wegen Forschungen über tibetische Medizin auch Delhi besucht und sehr abgelegene Plätze im Himalaja wie zum Beispiel Ki und Geza. Auch dorthin bin ich gefahren, um medizinisch zu helfen.
4. Wer bezahlt Sie? das Men-Tsee-Khang
5. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?
Laut den offiziellen Zahlen unseres privaten Komitees (sie besuchen uns, um zu sehen wie viele Patienten wir haben) im Oktober, habe ich ca. 28 Patienten. Manchmal sind es mehr als 30 bis 40, manchmal nur 20. Aber in dieser kleinen Praxis sehe ich durchschnittlich 28 Patienten.

[7] Tibetisch: Menpa: Arzt, Khamtschu; Wort, Stimme.

6. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?

Die Häufigkeit ist sehr unterschiedlich. Es gibt viele Patienten, die von sehr weit weg kommen. Manche kommen sogar von außerhalb dieses Landes. Für sie wäre es sehr schwierig so oft zu kommen, weil die Straßen nicht so gut sind oder sie unterwegs krank werden. Der Durchschnitt beträgt ungefähr alle 15 Tage. Für die Patienten, die in der Nähe wohnen, gebe ich Medizin für drei bis vier Tage. Für die Patienten, die von außerhalb des Landes kommen oder in sehr abgelegenen Gegenden wie z.B. im Himalaja wohnen, gebe ich Medizin für ca. 30 Tage.

Krankheitsursachen:

7. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage die Hauptursachen?

Die Gründe, warum die Leute krank werden, ist entweder durch ungesundes Essen oder durch ungesundes Verhalten bedingt. Das sind die zwei Hauptursachen, warum die Leute krank werden. Darüber hinaus kann man noch weitere Ursachen nennen, wie z. B. die Umweltverschmutzung und Unfälle, auch Allergien z.B. auf bestimmte Nahrungsmittel und Pollen. Dann müssen wir noch die Faktoren betrachten, warum die Leute krank werden. Bei sehr alten Leuten spielt auch das Alter eine Rolle, warum sie krank werden.

Einteilung von Krankheiten:

8. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie?

Ich behandele fast alle Krankheiten, außer ein paar bestimmte Arten von Krebs und Aids. Wenn Leute kommen, die Aids haben, dann behaupte ich nicht, dass ich eine Heilung dagegen habe. Wir haben so viel gute Medizin für sie, die wir ihnen geben, um ihre Lebensqualität und das Immunsystem zu verbessern. Auch für sehr weit fortgeschrittene Krebspatienten, die schon alle möglichen Arten von Behandlung bekommen haben, gibt es Hilfe. Im finalen Krebsstadium kommen sie dann mit der Hoffnung auf Behandlung durch tibetische Medizin. Da sehen wir uns manchmal einem Problem gegenübergestellt, solche Patienten zu heilen. Manchmal haben wir aber auch Fälle von Wundern, von Patienten, die mit tibetischer Medizin geheilt wurden.

9. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?

In Gangtok und auch in ganz Sikkim haben die meisten Patienten Magenprobleme (Gastritis). Das ist das erste Problem. Das andere ist Bluthochdruck und Gefäßkrankheiten. Es gibt auch Patienten die mit Geisteskrankheiten kommen. Ziemlich viele Patienten kommen hierher. Ich denke sogar, dass mehr Patienten für eine psychosomatische Behandlung in diese als in anderen Praxen kommen. Das liegt an der Gegend hier. Dann gibt es noch Diabetes,

neurologische Krankheiten und Arthritis. Dafür haben wir sehr gute Behandlungsmöglichkeiten....

Diagnostik und Therapie:

10. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Zuerst befrage ich den Patient. Dann erzählt er mir etwas. Anschließend stelle ich ihm nochmals Fragen. Das ist die erste Methode, die ich benutze. Auch im Gyüshi steht, dass man die Patienten nicht zu schnell berühren und den Puls untersuchen soll, sondern ihn erst befragen muss. Danach untersuche ich den Puls. Dadurch bekomme ich eine ungefähre Idee über die Krankheit. Dann schaue ich mir die Augen, die Zunge und das Palatinum an. Manchmal sehe ich mir auch die Ohrläppchen an, was sehr wichtig für die Diagnostik ist. Dadurch erkennen wir auch wieder viele Zeichen, die uns zu einer besseren Diagnose führen. Außerdem sehe ich mir das Gesicht an. In manchen Fällen, wie zum Beispiel bei dem Ulcus Patienten, den Sie gesehen haben, betrachte ich das Gesicht. Man kann zum Beispiel gut im Gesicht einen Asthmakranken erkennen, aber auch sehen, ob der Patient Diabetes hat, alleine schon wenn man sich die körperliche Erscheinung ansieht. Auch der Gang des Patient zeigt uns Symptome, die wir unterscheiden können. In manchen Fällen, wie z.B. bei manchen Krebspatienten, schaue ich mir auch den Urin an. Obwohl wir hier nicht so die Räumlichkeiten dazu haben, versuche ich es bei diesen Patienten zu machen. Manchmal muss man auch eine Blutdiagnostik oder eine Sputumdiagnostik durchführen. Wir machen es, wenn es nötig ist, zum Beispiel für Patienten mit respiratorischen Problemen. Wir benutzen auch manchmal das Stethoskop. Ich messe auch den Blutdruck der Patienten durch die Pulsdiagnostik. Wenn ich dann noch Zweifel habe, messe ich noch mal mit dem Apparat nach, um zu sehen, wie hoch der Blutdruck genau ist. Manchmal verwende ich auch das Blutzuckermessgerät, um zu sehen wie hoch der Blutzucker ist. Und in manchen Fällen, wenn ich das Gefühl habe, die Behandlung funktioniert nicht so, oder der Patient hat Komplikationen (zum Beispiel wenn er Schmerzen in Magen hat, dann muss er keine Gastritis haben, er kann auch Komplikationen in der Gallenblase haben z.B. Cholelithiasis) haben wir noch eine Art von Diagnostik über Ernährung und Verhalten. Zum Beispiel bei Cholelithiasis! Wenn er etwas Öliges zu sich nimmt und sich dies im Körper ansammelt, ist die Wahrscheinlichkeit größer, dass er Cholelithiasis hat. Dann überweise ich den Patienten in größere Krankenhäuser oder zu Diagnosezentren zur weiteren Diagnostik, damit wir einen guten Einblick in die Krankheit bekommen. Man kann sich auch nicht absolut auf diese diagnostischen Verfahren (Röntgen usw.) verlassen. Es gibt immer Zweifel. Die Ärzte schreiben dann eine Art Diagnosebericht. Aber sie schreiben nie, dass dies genau die richtige Diagnose ist. In diesen Fällen arbeite ich auch mit dieser biotechnischen Diagnostik.

11. Wie heilen Sie Krankheiten?

Wenn der Patient in meine Praxis kommt, und ich denke, dass er keine Komplikationen hat, sondern nur ein paar geringe Sachen, dann gebe ich ihm Ernährungsregeln. So kann der Patient die Krankheit durch Ernährung unter Kontrolle bringen. Außerdem gebe ich Verhaltensratschläge. Wenn diese beiden Sachen nicht gut funktionieren, zum Beispiel bei Diabetes oder Bluthochdruck, (meistens gebe ich nur Ernährungsratschläge, und sie bekommen es oft ohne jede Medizin unter Kontrolle), gebe ich ihnen Medikamente. Wenn nach längerer Zeit der Behandlung mit Medikamenten (das ist nicht die Therapie bei Diabetes, sondern bei anderen Fällen) das alleine nicht funktioniert, dann prüfen wir, welche Therapie wir jetzt brauchen: Moxibustion, Aderlass, Massage, usw. Manchmal brauchen wir eine Wassertherapie. Wir müssen herausfinden, welche Behandlung für diese Krankheit die passende ist. Wir haben auch bei Arthritis und bei starken Schwellungen Methoden, die Flüssigkeit aus der Schwellung zu ziehen. Ich verwende diese Methoden nicht immer, nur weil ich sie beherrsche, sondern nur dort, wo es sinnvoll ist. Die Indikationen und Kontraindikationen sind sehr wichtig.

12. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum? (siehe 8.)

13. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

In meinem Fall benutze ich fast alle Techniken, die das Gyüshi uns lehrt. Man kann keine Methode davon ablehnen. Ich habe gesagt, dass ich die Urindiagnostik nicht so oft anwende, weil ich nicht die Möglichkeiten dazu hier habe. Wir brauchen eine gute Toilette mit gutem Licht. Ohne gutes Licht kann es passieren, dass die Diagnose falsch wird. Aber ich lehne sie nicht ab. Ich lehne nichts ab, auch nicht die Sputumdiagnostik. Wenn notwendig, mache ich sie. Manchmal sind die ganzen diagnostischen Methoden nicht notwendig, weil wir die Diagnose nur durch ein bis zwei Fragen herausfinden können oder auch nur durch den Puls. So wie gestern bei dem Patienten, der so große Schmerzen hatte. Wir können sofort sagen, dass das neurologische Schmerzen sind. Warum soll man da einen Urintest machen? Nur um zu sehen, ob er eine Entzündung hat oder nicht? Das können wir durch Pulsdiagnostik feststellen, aber auch durch die Fragen, die wir ihm stellen.

14. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?

Ja. Manche Patienten kommen mit sehr starken Schmerzen, die zum Beispiel durch Arthritis verursacht wurden. Dann brauchen sie eine Moxibustion. Sie ist sehr gut dafür. Die Patienten zeigen die Symptome einer Verbesserung nach sehr kurzer Zeit. Zum Beispiel in manchen Fällen von Kurzatmigkeit bei Asthma, wenn der Patient Schwierigkeiten hat auszuatmen, gibt es Behandlungen, die in einer sehr kurzen Zeit einen Heilerfolg zeigen. Moxibustion oder die Goldene Nadel führen wir zum Beispiel bei Lähmungen oder bei Bluthochdruck durch. Die Häufigkeit der Behandlungen ist unterschiedlich. Bei Akupunktur müssen wir meh-

rere Behandlungen machen bis die Resultate sich zeigen. Es ist also von Therapie zu Therapie sehr verschieden, wann die Wirkung erscheint.

15. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Ich überweise manche meiner Patienten zu allopathischen Ärzten oder zu meinem Seniordoktor. Der Grund dafür, dass ich Patienten überweise ist zum einen, dass nach gewisser Zeit keine Wirkung eingetreten ist oder ich andererseits nicht das Wissen dafür habe. In ein paar sehr komplizierten Fällen überweise ich zu meinem Seniordoktor, wenn der Patient vorher schon allopathische, homöopathische oder ayurvedische Behandlungen bekommen hat. Wenn sie diese Medizin schon lange genommen haben, kein großer Nutzen eingetreten ist und sie dann zur tibetischen Medizin kommen, brauche ich sie auch nicht mehr dorthin zu überweisen, weil sie ja von dort kommen. Dann überweise ich sie zu meinem Seniordoktor. In manchen Fällen kommen Patienten mit Unfällen in meine Praxis. Dafür haben wir hier nicht die Einrichtung. In den Fällen überweise ich zu den allopathischen Krankenhäusern in der Nähe. Ich gebe ihnen hier erste Hilfe und überweise sie dann dorthin.

16. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?

Ich arbeite ungefähr mit 30 bis 40 Pillen. Die meisten Krankheiten, die es hier gibt, brauchen diese Art von Medizin. Bei gynäkologische Problemen, gebe ich Pillen dagegen. Ich gebe immer Pillen entsprechend der Krankheit, die sie haben. Ich benutze fast jede Therapie, aber diese 30 bis 40 Pillen verwende ich meistens. Aber wir können nicht die ganze Medizin machen, die im Gyüshi gelehrt wird, denn das Men-Tsee-Kang hat ungefähr 42 Praxen in Indien und auch außerhalb. Es kann nicht alle Pillen nach unseren Wünschen produzieren. Wir müssen Medizin in Quantität, aber auch in Qualität machen. Da es so viele Konsumenten der tibetischen Medizin gibt, können wir nicht die ganzen Pillen herstellen, die es im Gyüshi gibt.

17. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden? Dharamsala

18. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke?

Ich verschreibe nie Medizin aus irgendeinem anderen Medizinsystem, weil ich nicht die Autorität dazu habe. Ich gebe meinen Patienten nur tibetische Medizin. Niemand kann einfach Medizin aus der Apotheke verschreiben. Wenn meine Patienten englische Medizin nehmen, dann notiere ich das zu meiner eigenen Kontrolle.

Prävention:

19. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?

Ja. Im Gyüshi im 13., 14., 15. Text des zweiten *Tantras* und im 16.,17.,18. Kapitels des zweiten *Tantras* ist beschrieben, wie man sich durch richtige Ernährung und richtiges Verhalten

gesund hält. Auch im 23. Kapitel wird beschrieben, wie man sich täglich gesund hält. Diese Kapitel sind sehr wichtig für uns, um zu wissen, was man für die Gesunderhaltung tun kann.

Allgemein:

20. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Meine Meinung die über allopathische Medizin ist sehr liberal. Ich bin nicht sehr streng oder skeptisch gegenüber irgendeiner Medizin. Die allopathische Medizin ist eine der fortgeschrittensten naturwissenschaftlichen Medizinsysteme, die auch ihre Ursprünge in der Kräutermedizin hat. Ja, die ganzen Nebenwirkungen sind vorhanden, da sie viele chemische Substanzen enthalten, die nicht gut für uns sind. Aber die Chirurgie, obwohl sie auch in der tibetischen Medizin, im Ayurveda und ich glaube auch in der chinesischen Medizin gelehrt wird, ist sehr gut. Aber die Umsetzung in die Praxis bei den anderen Systemen ist durch den Mangel an Technik gering. Die allopathische Medizin hat eine viel fortgeschrittenere Technik. Sie kennen die Biotechnologie und haben eine bessere, viel präziser Diagnostik. Sie haben auch viel mehr Medizin für Notfälle, zum Beispiel die Luftzufuhr und das Asthmaspray. Aber allopathische Medizin kann nicht jede Krankheit heilen. Auch tibetische Medizin kann nicht jede Krankheit heilen. Das kann keine Medizin. Alle Medizinsysteme sollten ergänzend zusammenarbeiten. Das wäre für die Menschheit gut. In der allopathischer Medizin haben sie gute Vernebler. Wir haben auch Vernebler, die gut genug sind, damit Asthmapatienten besser atmen. Aber die allopathische Medizin ist fortgeschrittener und hat eine bessere Technologie.

21. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Wenn ich krank bin, kann ich nicht selbst den richtigen Puls fühlen. Aber ich kenne die Symptome, die ich habe. Ich kann wissen, was es vielleicht verursacht hat und dann gehe ich zu einen meiner Freunde, die tibetische Ärzte sind. Ich bin ein bisschen allergisch gegen allopathische Medizin. Nicht nur, weil ich die ganzen Nebenwirkungen kenne. Bei mir persönlich wirkt tibetische Medizin immer wundervoll. Wenn ich Ohrenschmerzen habe, nehme ich tibetische Medizin, und es wirkt sehr gut bei mir. Um ehrlich zu sein, ich nehme nicht gerne tibetische Medizin. Warum soll ich sie nehmen, wenn ich nicht krank bin. Wenn ich etwas sehr Schmerzhaftes habe, und ich weiß, dass tibetische Medizin da nicht hilft, dann nehme ich auch allopathische Schmerzmittel, aber zusammen mit viel Nahrung. Wenn ich irgendwann mal krank werden würde durch irgendeine ernsthafte Krankheit, dann werde ich meine Entscheidung zu dieser Zeit fällen. Wenn ich einen Ultraschall und diese ganzen Sachen machen müsste, dann gehe ich zu allopathischen Ärzten. Wenn ich krank wäre, würde ich sehen, ob ich eine einfache Behandlung bräuchte oder eine parallele. Sollte ich eine sehr ernsthafte Krankheit bekommen würde, würde ich sehen, was mir helfen würde, gleich ob tibetische Medizin, allopathische Medizin, Ayurveda oder Unani. Ich würde auch meine Freunde aufsuchen.

14. Dr. Dorjee Raphen Nechar

(Chief Medical Officer)

Bangalore, 30.1.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

In der Men-Tsee-Khang Praxis in Bangalore befinden sich drei Ärzte, die täglich ca. 100 Patienten mit den verschiedensten Beschwerden behandeln. Dr. Dorjee, Seniordoktor der Praxis, ist 1964 in Tibet geboren und hat nach seiner Flucht 1969 in Dharamsala gelernt. Die meisten Konsultationen in dieser Praxis finden auf Englisch statt. Es kommen vor allem Inder hierher, viele mit schweren chronischen Krankheiten wie Krebs oder Hepatitis. Die Öffnungszeiten der Praxis sind von 9 bis 13 Uhr und von 15 bis 18 Uhr. Montags ist geschlossen. Ich habe vier Tage in seiner Praxis verbracht.

1. **Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?**
Von 1982 bis 1987 in Dharamsala. 1969 bin ich im Alter von sechs Jahren mit meiner Familie von Tibet geflohen. Die meisten sind 1961 mit dem Dalai Lama geflohen. Wir sind ein bisschen später rausgekommen.

2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche? Nur tibetische Medizin.

3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Ja, ich reise sehr viel. Ich habe im medizinischen Bereich viel Verantwortung. In Bangalore bin ich „chief medical officer“ und daneben haben wir administrative Pflichten und natürlich die Patienten, das tägliche Geschäft. Jeden Monat fahren wir für 3 ½ Tage nach Chennai und einen Tag nach Pondicherry, in der Nähe von Chennai. In den 3 ½ Tagen sehen wir um die 400 Patienten, die meisten davon sind Krebspatienten. Wir haben zwei sehr fortgeschrittene Krebspatienten sehr erfolgreich behandelt. Völlig geheilt! Durch ihre eigene Kraft. Die allopathischen Ärzte hatten ihnen erst die Hoffnung genommen, da sie ihnen höchstens noch zwei bis drei Monate zu Leben gegeben haben. Dann haben sie damit begonnen, tibetische Medizin einzunehmen. Sie wussten keinen anderen Weg mehr. Tibetische Medizin war ihre letzte Möglichkeit. Erst durchlaufen sie die ganze Standardbehandlung des allopathischen Systems, dann versuchen sie es mit Homöopathie, Ayurveda, Siddha usw. Sie finden keine wirkliche Besserung und suchen weiter nach alternativer Behandlung, bis sie schließlich bei der tibetischen Medizin landen. Wir bekommen selten Patienten im Anfangsstadium von Krebs oder anderen Krankheiten. Jetzt wird es vielleicht ein bisschen anders. Erst wenn sie von jeder anderen Behandlung enttäuscht wurden, kommen sie am Ende zu uns. Aber selbst in diesen fortgeschrittenen Krankheitsstadien sind wir in der Lage, ihnen völlig zu helfen. Deshalb kommen jetzt immer mehr Leute zu uns. Hier nach Bangalore kommen sie von Chennai, Hayderabad und Bombay. Auch von Kerala, das selbst das Land der Medizin genannt wird. Wir haben jetzt auch damit begonnen, nach Hayderabad zu fahren. Unsere Pati-

enten organisieren immer die Fahrt. Wir müssen nichts machen. Dort verbringen wir auch drei Tage. Nebenbei haben wir eine sechsmonatige kollaborative klinische Studie über Diabetes, von schon behandeltem und auch frischem Diabetes in Neu Delhi. Die Ergebnisse waren sehr gut. Sie wurden nicht groß publiziert, nur im „American Journal of Diabetes„. Sie zeigt, dass die tibetische Medizin sehr gut dabei hilft, den Blutglucosespiegel zu senken. Unsere Studie zeigt, dass wir es sogar schaffen, den Glucosehämoglobinspiegel signifikant zu senken. Auch die Ärzte, die uns bei dieser Studie geholfen haben, waren über diesen Befund sehr überrascht. Seit zwei Jahren haben wir mit einer klinischen Studie über die Wirkung der tibetischen Medizin bei allen Krebsarten begonnen. Nur um zu sehen, wie die tibetische Medizin hilft. Wir haben sie schon beendet. Unter unserer Betreuung befinden sich ca. 276 Krebspatienten. Der Mehrheit von ihnen geht es sehr gut. Wir haben 11 Patienten, die völlig geheilt worden sind. Natürlich gibt es auch viele, die nicht mehr mitgemacht haben. Aber die Studie lief sehr gut. Dieses Jahr versuchen wir, ein oder zwei spezielle Krebsarten zu beobachten. Dann machen wir eine klinische Studie über beide Arten von Leukämie. Die chronische und akute myeloische Leukämie. Wir haben herausgefunden, dass die tibetische Medizin sehr effektiv ist, um bestimmte Komplikationen der Leukämie zu kontrollieren. Wir schauen noch nicht auf die Heilung. Wir untersuchen, in wie weit wir helfen könne, die Komplikationen dieser Krankheit zu kontrollieren. Zur Heilung kommen wir später. Unser Ziel jetzt ist zu sehen, in wie weit unsere Medizin hilfreich und effektiv ist. Wir betrachten z. B. die Blutwerte der Leukämie. Wir haben herausgefunden, dass Patienten, die seit sehr langer Zeit jede Woche Bluttransfusionen bekommen haben, mit unserer Medizin nur noch einmal in zwei oder drei Wochen oder nur einmal im Monat Transfusionen bekommen mussten. So sehr hat sich das Blut verbessert! Wir haben zwei Fälle, die überhaupt keine Bluttransfusionen mehr bekommen müssen. Das ist eine große Leistung. Sie sind körperlich ziemlich gesund. Die ganzen Probleme wie Gelenkschmerzen, Kopfweh, die sie am Anfang hatten, auch Schwäche und Müdigkeit, sind sehr gut kontrolliert. Sie fühlen einen starken Wandel in ihrer allgemeinen Gesundheit. Deshalb ist es wichtig zu sehen, wie unsere Medizin bei diesen unglücklichen Patienten wirkt. **Arbeiten Sie mit allopathischen Ärzten zusammen?** Ja. Wir arbeiten zusammen. Wir benutzen unsere Medizin und Behandlung. Aber das „wissenschaftliche Institut“ gibt uns das Format und das Protokoll. Was wir machen, wird ganz genau wissenschaftlich analysiert, damit es auch wissenschaftlich präsentiert werden kann. Die Protokolle machen die Ärzte dort. Die Patienten werden von ihnen in bestimmten Abständen mit Ultraschall, Bluttest usw. untersucht. Wir müssen nur die Patienten behandeln und unsere Medizin geben. So, das ist die Forschung! Sie bereitet viel Kopfschmerzen! Außerdem reise ich ungefähr zweimal im Jahr ins Ausland, vor allem nach Europa und Amerika. Deutschland ist mein Favorit. Ich fahre jedes Jahr nach Berlin und München, außerdem nach Griechenland, Frankreich und Spanien. Das ist die andere Art von Arbeit. Dann gibt es noch die Arbeit, die

ich vom Institut bekomme wie Bücherkorrektur und die Übersetzung der vier *Tantras* (das Gyüshi). Sie befindet sich jetzt schon fast sechs Monate lang in meinem Computer, ohne dass ich sie angerührt habe. Das ist alles. Jetzt brauche ich selbst eine Behandlung. Eine heilige Behandlung! Da hilft Meditation! Am Morgen machen wir immer *Medizinbuddha-Pujas*. Das ist sehr hilfreich und gibt viel Inspiration. Das gibt eine spirituelle Richtung, die man gehen soll. Welche Hindernisse auch immer auf dem Weg kommen, können mit der Hilfe des *Medizinbuddhas* vermieden werden. *Buddhas* Segen lässt mich weiterarbeiten!

4. Wer bezahlt Sie? Dharamsala

5. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?

In der Praxis haben wir ca. 100 pro Tag. Jeder Arzt hat somit ca. 30 bis 35.

6. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?

Laut meiner Beobachtung alle sieben Tage bis zu einem Monat. Manchmal werden Patienten in zwei bis drei Monaten geheilt, und manchmal kommen Patienten schon seit acht bis neun Jahren. Das hängt alles von der Krankheit ab.

Krankheitsursachen:

7. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage die Hauptursachen?

Es gibt unzählbar viele Krankheiten. Man kann sie nicht zählen! Aber die Hauptursache für Krankheiten ist nur eine, und das ist die Unwissenheit. Auf tibetisch heißt sie *Ma Rig Pa*[8]. Eine grobe Übersetzung wäre „Unwissenheit über die Nicht-Existenz eines Selbst". Deshalb leiden wir unter den drei geistigen Giften. *Ma Rig Pa* ist die Hauptursache aller Krankheiten. Man kann dies mit einem Vogel vergleichen, der fliegt und nicht vor seinem Schatten fliehen kann. Wir als menschliche Wesen, wie sehr wir auch versuchen glücklich zu leben, wir können nicht vor dem Leiden fliehen. Aus *Ma Rig Pa* entstehen die drei ungeborenen geistigen Gifte: Gier oder Anhaftung, Zorn oder Hass, Dummheit oder Verwirrung. Das sind die drei Geistesgifte. Und daraus bilden sich *Lung* (Wind), *Tripa* (Galle) und *Begen* (Schleim). Man denkt vielleicht, das sei sehr philosophisch oder spirituell, aber wenn man sich wirklich darauf konzentriert, erkennt man die Wahrheit, die dahinter steckt. Das sind die Hauptursachen von Krankheit. All die anderen Dinge, wie Parasiten oder Bakterien sind nur die direkten Ursachen. Aber die Wurzel ist eine andere. *Ma Rig Pa* ist die Hauptursache. Daraus entstehen die drei Gifte und daraus die drei Säfte *Lung*, *Tripa* und *Begen*. Diese drei können auch die Hauptursache der Krankheit sein. Sie sind immer in unserem Körper vorhanden. Wenn eines davon sich verstärkt, zum Beispiel wenn Ärger entsteht, dann folgt die entsprechende Krankheit. Deshalb ist auch die Behandlung sehr einfach. Man muss die drei Säfte nur zurück ins Gleichgewicht bringen, dann erreicht man die vollständige Heilung. Wenn man dies nicht schafft, sondern einfach starke Medizin verabreicht, wird man immer im Ungleichgewicht bleiben und keine wahre Heilung erreichen. In der tibetischen Medizin ist *Lung* sehr

wichtig. *Lung*-Krankheiten werden mit Stress und Anspannung in Zusammenhang gebracht. Es wird gesagt, dass *Lung* wie ein Feuer ist, das das ganze Organsystem verbrennen kann. Es kann aber auch wie Eis sein, welches das ganze Körpersystem zum Erfrieren bringt. Wenn *Lung* nicht im Gleichgewicht, sondern vermehrt oder verringert ist , können alle Arten von Krankheiten entstehen. *Lung* wird hauptsächlich mit dem Geist assoziiert. Dieses Verhältnis von *Lung* und dem Geist ist wie ein Pferd mit seinem Reiter. *Lung* ist das Pferd und der Reiter ist unser Geist. Es ist unsere Geist, der das Pferd zähmen muss. Wenn unser Geist positiv ist, dann können wir das blinde Pferd unter Kontrolle halten. So können wir es in die richtige Richtung lenken! Aber wenn unser Geist im Ungleichgewicht ist, dann läuft das Pferd davon.

Einteilung von Krankheiten:

8. Welche Beschwerden oder Krankheiten behandeln Sie?

Wir behandeln hier alle Krankheiten, auch Krebs oder unheilbare Krankheiten wie zum Beispiel Muskeldystrophien.

9. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?

In Bangalore haben wir fünf Hauptkrankheitsbilder. Das erste ist Asthma. Des weiteren gibt es Nervenkrankheiten und Arthritis. Außerdem gibt es Magenkrankheiten, das heißt vor allem Verdauungsprobleme. Wir haben auch viel chronische untere Rückenschmerzen (Spondylitis) . Das hängt mit dem Lebensstil hier zusammen. Außerdem gibt es Herzkrankheiten und Bluthochdruck.

Diagnostik und Therapie:

10. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Ich verwende hauptsächlich die Pulsdiagnostik. Wir kennen zwar die anderen diagnostischen Methoden, wie zum Beispiel die Urindiagnostik, aber da wir am Tag bis zu hundert Patienten haben, ist für die anderen Methoden einfach keine Zeit vorhanden. Wenn wir bei Patienten denken, dass es notwendig ist, den Urin zu prüfen, dann machen wir das natürlich. Das ist zum Beispiel bei Krebspatienten und anderen speziellen Krankheiten der Fall. Aber hauptsächlich machen wir Pulsdiagnostik. Es gibt noch andere Methoden wie Augen, Nase, Zunge, sogar die Erscheinung des ganzen Körpers und die Berührung zu kontrollieren.

11. Wie heilen Sie Krankheiten?

Wir benutzen neben den Medikamenten eine Reihe von zusätzlichen Therapiemethoden wie Moxibustion. Sie ist sehr beliebt. Dann haben wir die Goldene Nadel und den Goldenen Hammer. Beide sind gegen Migräne und Tinnitus sehr gut um das Gleichgewicht im Körper wieder herzustellen. Ferner gibt es das Schröpfen. Wenn es notwendig ist, verwenden wir

---

[8] Tibetisch: Ma Rig Pa: Unwissenheit.

auch das Brennen. Daneben haben wir auch die Akupunktur. Man gibt immer das, was der Patient gerade am meisten braucht. Moxa ist sehr gut bei allen chronischen Krankheiten, zum Beispiel Gelenkschmerzen, Arthritis, Arthrose aber auch Migräne, Kopfschmerzen, Asthma und bei starken Schmerzen.

12. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

In den tibetischen Texten steht, dass es keinen Magen gibt, der nicht durch Essen gefüllt werden kann. Das bedeutet, wenn man Hunger hat und etwas isst, dann wird der Magen befriedigt. Es gibt kein Essen, das nicht den Hunger stillen kann. Und es gibt kein Wasser, das nicht den Durst löschen kann. Genauso gibt es keine Krankheit, die nicht durch Medizin geheilt werden kann. Wir versuchen vor allem die Krankheit zu bekämpfen, indem wir das Gleichgewicht des Körpers wieder herstellen. Krankheit ist nichts weiter als ein Ungleichgewicht des Körpers. Der Name der Krankheit ist nicht wichtig. Natürlich gibt es Krankheiten wie Krebs, HIV und Muskelerkrankungen, die sehr schwer zu behandeln sind. Jeder sagt, wir können sie nicht behandeln. Aber wir können es. Ich kann natürlich nicht behaupten, dass ich sie völlig heilen kann Aber wenn man mich fragt, ob ich sie behandeln kann, ja das kann ich.

13. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Wenn ich ganz ehrlich bin, gibt es nichts, das ich ablehne. Ganz im Gegenteil, es gibt viele Methoden, die wir verbessern oder wiederbeleben sollten. Es gibt zum Beispiel sehr viele kleine Operationen, beispielsweise Methoden bei denen man Flüssigkeit aus der Lunge oder dem Herzen zieht oder Katarakt Operationen. Diese Operationen sind alle sehr einfach. Wir brauchen keine speziellen Maschinen dafür. Diese Operationen werden oft abgelehnt. Es gibt nur noch ein oder zwei Ärzte in Tibet, die das können. Eine Ärztin wurde sehr berühmt. Sie heißt Njima Jangchen. Sie macht immer noch Katarakt Operationen. Es gibt viele Methoden, die wir wiederbeleben und mehr akzeptieren sollten. Manchmal heißt es, Methoden wie Moxibustion oder Goldener Hammer seien sehr primitiv, und die Leute bekommen Angst. Man sollte diese Dinge mehr präsentabel machen. Aber ich denke nicht, dass eine Methode sinnlos ist. Sie sind alle sehr gut. Der einzige Mangel ist, dass viele Ärzte nicht in der Lage sind, sie richtig anzuwenden.

14. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?

Normalerweise erzählt uns der Patient, wie es ihm geht und ob er sich besser fühlt. Aber bei den meisten chronischen Krankheiten kann es der Arzt besser sehen. Er kann die Behandlung an der Pulsanalyse ausrichten. Wenn der Arzt dann sieht, dass die drei Säfte im Gleichgewicht sind, kann man die Behandlung beenden. Ansonsten haben wir Probleme durch die Überdosierung von Pillen. Das ist auch ein Grund, warum es bei Krankheiten zu Komplikationen kommen kann. Die Medizin sollte nicht in einer zu niedrigen Dosis gegeben

werden, aber eben auch nicht in einer zu hohen. Es gibt keine lebenslange Medikation in unserem System, nur bis zu dem Punkt an dem alles im Gleichgewicht ist.

15. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Wenn ich denke, dass die Krankheit eine andere Behandlung braucht, zum Beispiel bei chirurgischen Fällen, überweise ich die Patienten ins Krankenhaus, damit sie eine Operation bekommen. In diesem Stadium hilft Medizin nicht mehr. Auch bei ernsten Infektionen, wie zum Beispiel Typhus, rate ich dem Patienten eine allopathische Behandlung zu machen. Danach können sie wieder hierher kommen und die passende Medizin bekommen. Wir dürfen die allopathische Medizin nicht unterschätzen. Auch bei Unfällen und sehr kritischen Fällen ist sie die beste.

16. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden? Dharamsala

17. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke? Nein

Prävention:

18. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?

Ja, das ist sehr wichtig. Manchmal gebe ich Medizin zur Vorbeugung oder Ratschläge.

Was ist das wichtigste, das Sie ihnen sagen?

Die Ernährung und das Verhalten! Es gibt vier wichtige Ratschläge. Das erste ist *Dus*[9], das sind saisonale Faktoren. Das heißt, man muss sein Essen den Jahreszeiten anpassen. Man kann nicht das ganze Jahr lang das gleiche Essen zu sich nehmen. Auch die Kleidung gehört dazu. Im Winter tragen wir warme Kleidung und im Sommer dünne. Das wird alles in den Medizintexten erwähnt. *gDan*[10] bedeutet geistig. Über den Geist habe ich schon vorher geredet. Es ist auch sehr wichtig, positiv zu denken und sehr tolerant zu sein. Wenn man seine Gefühle nicht kontrollieren kann und sehr intolerant ist, hat man viele Probleme. *Zas*[11] bedeutet Diät. Es ist von der Konstitution abhängig, was für einen Menschen gut ist und was nicht. Auch wenn man eine Krankheit hat, ist die Diät sehr wichtig. *Zhan Po*[12] ist der Lebensstil, der auch sehr wichtig ist.

Allgemein:

19. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Meine Meinung darüber ist sehr gut, besonders bei Infektionen, komplizierten Krankheiten, chirurgischen Fällen und Unfällen. Ich denke, kein anderes System hat solche Möglichkeiten Leben zu retten. In dieser Hinsicht ist sie sehr gut. Aber in anderen Bereichen hat sie Schwächen, vor allem in dem Bereich des Verstehens von Krankheiten und der Annäherung an die Behandlung. Im Bereich der Anatomie des menschlichen Köpers, der Pathologie, der

---

[9] Tibetisch: gesprochen Zü: die Jahreszeiten Frühjahr, Sommer, Herbst und Winter.
[10] Tibetisch: Störenergien.
[11] Tibetisch: Ernährung.

Entstehung einer Krankheit ist sie weit fortgeschritten. Aber der Schritt, dies auf die geistige Ebene des menschlichen Körpers zu bringen, ist sehr schwach. In dieses Medizinsystem passt eine geistige Ebene nicht rein. So ist die Behandlung nur sehr einseitig. Sie ist oft nur auf ein System reduziert. Das ist eine Begrenzung dieser Medizin. Wir beziehen den gesamten Prozess mit ein, nicht nur den Körper, auch die Seele, das soziale Umfeld, eben die gesamte Situation. Wir möchten eine passende Heilung geben und nicht nur den Schmerz behandeln. Der Patient soll eine Art heilige Behandlung bekommen. In der allopathischen Medizin befindet sich der Patient oft in einem niemals endenden Kreis des Leidens. Durch die Schmerzmittel werden die Schmerzen reduziert, aber es entstehen andere Probleme. Das ist ein sehr trauriger Teil der allopathischen Medizin. Ein anderer Aspekt sind die vielen technischen diagnostischen Methoden, die den Patienten sehr vom Arzt entfernen. Wenn man den Patienten wirklich heilen will, muss man ihm näher sein! Es ist sehr gut, wenn man dem Patienten sehr nah ist, wie zum Beispiel bei der Pulsdiagnostik und der Befragung. Das hilft dem Patienten sehr.

Ansonsten respektiere ich die allopathische Medizin sehr. Man sollte all das, was nützlich ist, teilen. Das kann eine Brücke in unserem Verhältnis werden. Man sollte nicht denken, mein System ist besser als das andere, vor allem im Interesse des Patienten und unserer Gesellschaft. Man sollte das weglassen, was schlecht ist und das herausnehmen, was nützlich ist. So kann man zusammen arbeiten.

20. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Ich erlaube mir nicht, krank zu werden. Kommt darauf an. Ich nehme immer meine Kräuter. Wir haben sehr gute vorbeugende Medizin. Wenn ich zum Beispiel Fieber oder Husten oder dergleichen bekomme, nehme ich meine Kräuter. Sie helfen sehr gut. Vor sechs Jahren hatte ich sehr starken Typhus. Ich war damals sehr dumm. Ich nahm nur meine Kräuter. Meine Frau hat dann so darauf bestanden, dass ich ins Krankenhaus gehe. Ich nahm nur meine Kräuter und das Fieber ging einfach nicht runter. Mir ging es einfach nicht besser. Dann hat sie einen Arzt angerufen, der sofort vorbei kam und mir Medikamente verschrieben hat, die dann auch geholfen haben. Manchmal braucht man eben auch Hilfe von anderen Ärzten.

[12] Tibetisch: gesprochen Zähn: schwacher Körper oder schwierige gesundheitliche Bedingung.

15. Dr. Karma Dolma

Bombay, 4.2.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

Dr. Dolma ist in Indien geboren und arbeitet in einer relativ neuen und sehr hoch frequentierten Praxis in Bombay. Außer ihr arbeitet dort noch ein zweiter Arzt. Die Patienten sind vor allem Inder und kommen zum Teil auch von sehr weit in die Praxis. Die Öffnungszeiten sind: 9 bis 13 Uhr und 16 bis 19 Uhr, Donnerstag halber Tag, Freitags geschlossen. Ich habe drei Tage mit Dr. Dolma verbracht.

1. **Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?**
In Dharamsala

2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche? Nur tibetische Medizin.

3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Ich war schon außerhalb Indiens, aber nur um Ferien zu machen. Ich besuchte Spanien und die Schweiz. **Haben sie dort auch als Arzt gearbeitet?** Ja

4. Wer bezahlt Sie? Dharamsala

5. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?
Mehr als 50, manchmal 60 oder 70 und manchmal auch mehr als 100.

6. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?
Das ist abhängig vom Patienten. Wenn er sehr starke Medizin bekommt, kommt er innerhalb einer kurzen Periode wieder. Wenn er nicht gesund wird, kommt er auch immer wieder und wir müssen die Medizin ändern. Das ist abhängig vom Fortschritt der Patienten.

Krankheitsursachen:

7. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage die Hauptursachen?
Jeder führt ein sehr „künstliches“ Leben. Wenn man von einer immer unnatürlicheren Umwelt abhängig ist, werden die Leute immer kränker. Auch geistige Störungen werden immer mehr zunehmen. Wenn jemand im Ungleichgewicht mit seiner Natur ist, wird er krank.

Einteilung von Krankheiten:

8. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?
Hierhin kommen viele Leute, die Krebs haben, zum Beispiel Leberkrebs oder Blutkrebs. Außerdem haben wir hier viel Arthritis, Magengeschwüre und Sodbrennen. Das sind die häufigsten Fälle, die wir behandeln.

Diagnostik und Therapie:

9. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Wir diagnostizieren, indem wir den Puls und den Urin untersuchen und indem wir Fragen stellen.

10. Wie heilen Sie Krankheiten?

Normalerweise nur mit Medizin. Manchmal benutzen wir externe Therapiemethoden, wie Goldene Nadel und Moxibustion, aber normalerweise nicht.

11. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Das hängt von der Konstitution des Patienten ab. Wenn die Patienten zur richtigen Zeit kommen, dann können wir jede Krankheit behandeln. Wenn sie sehr spät kommen, zum Beispiel im Endstadium, dann ist es sehr schwierig. Wenn Patienten im Anfangsstadium kommen oder wenn es keine chronische Krankheit ist, können wir sie sehr leicht behandeln. Wenn der Fall sehr kompliziert ist und die Krankheit sehr alt, ist es sehr schwierig.

12. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab? (Frage falsch verstanden)

Nein, wir befürworten die allopathische Medizin bei Notfällen und Operationen. Wenn jemand schwer verletzt ist, dann ist eine Operation sehr gut für ihn. Wir empfehlen ihnen dann allopathische Medizin. Aber wir denken nicht, dass das eine gut und das andere schlecht sei. Das wichtigste ist, wenn man eine Krankheit behandelt, dass sie sich nicht weiter ausbreitet und man sie unter Kontrolle bringt. Daran müssen wir als erstes denken.

13. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie? (Frage falsch verstanden)

In dieser Zeit leiden die Menschen sehr viel, geistig und körperlich. Sie gehen zum allopathischen Arzt und zu vielen anderen Ärzten. Am Ende kommen sie dann zu uns. Wir erklären ihnen im Zusammenhang mit unserem buddhistischen Glauben, dass es sehr wichtig ist, den Geist zu konzentrieren, damit er wieder ins Gleichgewicht kommt. Wir geben den Menschen mehr Lebensqualität, wenn sie ihren Geist mental, emotional und körperlich ins Gleichgewicht bringen. Manche Patienten sagen zu mir, während sie sich mit mir unterhalten haben, wäre schon ihre Herzkrankheit geheilt. Was heißt das? Was die Patienten brauchen, ist einen sympathischen Arzt. Dem Patienten gegenüber Sympathie zu zeigen, ist sehr wichtig. Wenn man nicht Sympathie und *Mitgefühl* hat, wirkt unsere tibetische Medizin auch nicht. Die tibetische Medizin ist unserer buddhistischen Religion sehr nah. Die Arzt – Patienten - Beziehung ist sehr wichtig. Es ist bedeutend, dass man offen darüber reden kann, was man fühlt. Ich denke, deswegen ist die tibetische Medizin so erfolgreich!

14. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Ja, das mache ich. Wenn der Patient sehr kompliziert ist, zum ersten Mal kommt, und ich nicht genau weiß, was ich machen soll, dann brauche ich die Meinung von einem Seniordoktor. **Nur zu tibetischen Ärzten?** Nein, auch zu allopathischen. Manchmal haben wir auch

allopathische Ärzte, die in unsere Praxis kommen. Zum Beispiel ein Arzt, der seine Mutter lange Zeit behandelt hat. Jetzt ist sie im Endstadium. Er kommt nun auch in unsere Praxis. Er sagt, dass tibetische Medizin sehr wirkungsvoll ist. Sie hat zum Beispiel keine Nebenwirkungen. Das stimmt! Man muss die Ursache der Krankheit kennen. Das ist sehr wichtig. Wenn man die Wurzel der Krankheit kennt, kann man sie sehr leicht behandeln. Wenn jemand erbricht und man weiß, dass die Ursache Sodbrennen ist, dann kann man das Erbrechen sehr leicht behandeln.

15. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?

Mehr als 260. Aber hier bekommt man ca. 200 verschiedene.

16. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden?

Wir bekommen alles von Dharamsala. Hier produzieren wir keine Pillen. In Dharamsala haben wir eine Pharmakologie. Wenn sie dorthin gehen, werden sie sie sehen.

17. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke?

Nein, ich verschreibe keine allopathische Medizin. Wenn ich allopathische Medizin benutzt habe, hat sie geholfen. Aber ich würde sie nicht verschreiben.

Prävention:

18. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?

Prävention ist besser als Heilung! Zur Prävention sage ich zum Beispiel bei Patienten mit Blutkrebs, dass sie Moskitonetze verwenden sollen. Sonst werden sie gebissen und danach wird eine andere Person gebissen. In Bombay gibt es sehr viele Moskitos. Ich denke, dass Moskitos diese Krankheit verbreiten. Das ist meine persönliche Meinung. Oder wenn jemand Blutzucker in der Familie hat, dann haben die Kinder oft auch Zucker. Ich rate ihnen, nicht so viel Süßes zu essen. Aber auch Stress kann zu Diabetes führen. Hier in meiner Klinik gebe ich den Patienten Ratschläge zur Vorbeugung.

Allgemein:

19. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Für die schnelle Besserung ist sie sehr gut, wie zum Beispiel Schmerzmittel oder Antibiotika. In unserer Medizin gibt es keine Schmerzmittel. Zum Beispiel bei Arthritis ist sie sehr wirkungsvoll. Aber sie hat natürlich Nebenwirkungen. Manche bekommen Probleme mit der Magensäure. Bei Notfällen oder sehr starken Schmerzen rate ich den Patienten, Schmerzmittel zu nehmen. Das ist sehr gut. In unserer Medizin gibt es so etwas nicht. Wir haben Medizin gegen *Lung*. *Lung* bedeutet Wind und entsteht zum Beispiel bei zu viel Stress. Wir haben Medizin dagegen, und man kann dann wieder besser schlafen. Aber wir haben keine Schlaftabletten, mit denen man sofort einschlafen kann. Wenn man Medizin gegen *Lung* gibt, wird der Stress reduziert, und wir können wieder viel besser schlafen. Wenn jemand Schlaf-

tabletten nimmt, muss er sie oft immer wieder einnehmen. Er wird abhängig davon. Das ist bei unseren Pillen nicht so. Sie haben keine Nebenwirkungen.

20. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Bis jetzt bin ich Gott sei Dank noch nie schwer krank geworden. Manchmal habe ich etwas Fieber bekommen. Dann nehme ich unsere tibetische Medizin. Wenn ich reise und mir Essen außerhalb meines Hauses holen muss, bekommt man nur scharfes Essen, dann wird man oft krank. Zu Hause bleibt man gesund. Wenn man oft verreist, wird man oft krank. Ansonsten werde ich nicht krank, bis jetzt. Wenn ich krank werde, dann Sonntags oder in den Ferien....**Aber sie nehmen dann nur tibetische Medizin?** Ja ja, aber wenn ich einen Notfall hätte, dann würde ich auch allopathische Medizin nehmen.

16. Dr. Tenzin Deche Kartsang

(Medical Officer)

Neu Delhi, 9.2.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

Dr. Kartsang ist in Westtibet geboren. Er arbeitet in einer großen Gemeinschaftspraxis in Neu Delhi mit noch zwei weiteren Ärzten. Die Praxis ist sehr gut besucht, es kommen bis zu 250 Patienten pro Tag. Er hat drei Jahre lang in den Niederlanden als tibetischer Arzt gearbeitet.
Ich habe zwei Tage bei ihm verbracht und konnte neben den Patientenbeobachtungen noch ein Interview mit ihm machen.

1. **Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?**
Ich habe von 1979 bis 1986. im Men-Tsee-Khang in Dharamsala studiert. Von 1986 bis 1991 habe ich weitere fünf Jahre Pharmakologie studiert und auch in der Pflanzenforschung gearbeitet. Danach, von 1992 bis 1996 bin ich als „Medical Officer" nach Neu Delhi gegangen. Anschließend war ich von 1996 bis 1999 in den Niederlanden als tibetischer Arzt tätig. Außerdem besuchte ich zwischendurch noch in Washington D.C. die erste internationale tibetische medizinische Konferenz. Seit 1999 bis jetzt bin ich hier in der Praxis in Nizamuddin.

2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche?
Ja, hier gibt es nur tibetische Medizin. Manchmal arbeite ich auch mit Akupunktur. In manchen Fällen ist die Medizin nicht so wirksam. Dann wende ich die Akupunktur an.

3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Ich bin durch die Schweiz, Deutschland, Spanien, Portugal, Frankreich, Belgien und nach Washington gereist. Natürlich auch nach Nepal, aber das ist ja sehr nah.

4. Wer bezahlt Sie? Dharamsala

5. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?
Das Minimum ist 70. Oft sind es noch viel mehr.

6. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?
Wenn die Patienten von sehr weit weg kommen, gebe ich ihnen Medizin für einen Monat. Wenn Patienten mit chronischen Krankheiten kommen, wären zwei oder drei Tage zu kurz. Dann gebe ich ihnen Medizin für eine etwas längere Periode. Wenn Patienten eine Erkältung oder Fieber haben, gebe ich Medizin für 7-10 Tage. Das ist immer sehr unterschiedlich. Normalerweise gebe ich Medizin für 15 Tage, das Minimum sind 10 Tage. Aber auch dort gibt es wieder Ausnahmen.

Krankheitsursachen:

7. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage die Hauptursachen?
Die Krankheiten entstehen laut tibetischer Medizin durch falsche Ernährung, falsches Verhalten, saisonale Veränderungen, manchmal durch Stress, durch die Umweltverschmutzung.

So entstehen langsam die Krankheiten. Heutzutage gibt es viele *Lung*-Krankheiten. Erst gab es die Tuberkulose, danach kam Krebs, dann Aids und danach kommt vielleicht wieder etwas anderes.

Einteilung von Krankheiten:

8. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?

Hier in Indien kommen die meisten Patienten mit Gelenkschmerzen, also Arthritis. Außerdem haben sehr viele Magenprobleme**.** Es gibt auch viele Fälle von Spondylitis, geistige Probleme, Asthma und anderen bronchialen Probleme vor allem bei Kindern. Manchmal haben wir auch Hautprobleme, zum Beispiel Ekzeme und viele Frauenprobleme.

Diagnostik und Therapie:

9. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Erst schaue ich mir den Puls an, danach die Zunge, die Augen und anschließend befrage ich den Patienten.

10. Wie heilen Sie Krankheiten?

Danach gebe ich die Medizin und Ratschläge zu Ernährung und Verhalten. **Benutzen sie auch andere Therapiemethoden?** Manchmal verschreibe ich körperliche Übungen, manchmal mache ich Moxibustion. Injektionen gebe ich hier nicht so viel. Aber ich verschreibe oft körperliche Übungen, wodurch sich auch die Muskeln öffnen, und ich gebe auch manchmal Massagen.

11. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Es ist schwierig auf der ganzen Welt, Krebs oder Aids zu heilen oder zu behandeln. In der tibetischen Medizin gibt es vier unterschiedliche Arten von Krankheiten. *Karmische* oder spirituelle Krankheiten sind sehr schwer zu heilen. Das Leid ist zu groß. Da kann man keine 100%ige Heilung erwarten. Man kann nur die Symptome reduzieren. Zum Beispiel gebe ich bei starken Kopfschmerzen Medizin, so dass sich die Symptome reduzieren, aber die Krankheit ist weiter vorhanden. Oder als Beispiel bei Krebspatienten, die Schmerzen in der Leber haben. Ich gebe dann Medizin für die Leber. Die Symptome verbessern sich, aber die Krankheit wird nicht geheilt. Die Probleme kommen wieder, nach einem Jahr oder nach drei Monaten. Es ist sehr schwierig.

12. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Es gibt Traditionen in der tibetischen Medizin, die nicht mehr so viel genutzt werden, da die Exilregierung nicht so viel Geld hat. Es ist sehr schwierig. Zum Beispiel bei Arthritis, Muskelproblemen und Multiple Sklerose hilft das tibetische Saunabad sehr gut. Es wird aber nicht verwendet. Auch haben wir sehr gute Massagen, die auch nicht genutzt werden.

13. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?
Als erstes gebe ich die Medizin. Der Patient nimmt die Medizin und befolgt die Anweisung für das richtige Verhalten. Nach vielleicht 6 Monaten braucht man keine Medizin mehr geben. Der Patient hat keine Schmerzen mehr. **Also kommt der Patient zu Ihnen zurück und dann sehen sie ob es ihm besser geht?** Ja genau. Ich überprüfe wieder den Puls. Manchmal mache ich auch Urindiagnostik. Sie ist wirklich wichtig. In den Niederlanden ist es sehr gut organisiert, dass die Patienten mit ihrem Morgenurin kommen. Die Patienten kommen nach fünf Tagen, manche nach einem Monat oder sechs Monaten oder sogar einem Jahr wieder zur Untersuchung. 50% werden durch den Puls diagnostiziert, 20% durch den Urin und anschließend durch Fragen und Augendiagnostik. So erreicht man 100% der Diagnose. Hierher kommen so viele Patienten. Ich sage nur bei sehr schweren Krankheiten, dass sie das nächste Mal den Urin mitbringen sollen.
14. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?
Ja, ja. Ich gebe ein Beispiel: Wenn ein Patient mit sehr starken Bauchschmerzen kommt, dann schicke ich ihn zu einem allopathischen Arzt, da bei uns die Beschwerden nur sehr langsam entfernt werden können. Das ist sehr wichtig. Ich sage zu ihnen, dass sie zuerst die allopathische Medizin nehmen sollen. Wenn es ihnen dann besser geht, dann können sie unsere Kräuter nehmen.
15. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie? ungefähr 150
16. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden? Dharamsala
17. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke?
Ich verschreibe keine allopathische Medizin. Manchmal gebe ich ihnen Shampoos oder Massageöl.... Ich schicke die Patienten höchsten zu einem allopathischen Arzt.

Prävention:
18. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?
Ja, natürlich! Zum Beispiel rate ich ihnen, keinen Alkohol zu trinken und keine Zigaretten zu rauchen. Ich sage ihnen nicht, dass sie es sofort beenden sollen. Aber die Sucht ist ein großes Problem. Ich rate auch, nicht zu viel Scharfes und zu viel Salz zu essen. Dadurch entsteht Bluthochdruck.

Allgemein:
19. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?
Sie ist sehr gut. Es ist ja so, dass die allopathische Medizin, die Homöopathie, die chinesische Medizin, Ayurveda, Unani und die tibetische Medizin alle das Ziel haben zu heilen. Verschiedene Länder, verschiedene Kulturen! Das Essen ist unterschiedlich, alles ist unterschiedlich. In diesem Moment, im 21. Jahrhundert ist die allopathische Medizin sehr wichtig.

Bei den verschiedenen Krankheiten braucht man Medizin, die sofort wirkt, wie zum Beispiel bei bakteriellen Krankheiten. Da ist sie sehr wichtig. Überall sind verschiedene Traditionen. Ich gebe ein Beispiel. Hier ist es jetzt Tag. In den USA zum Beispiel ist es Nacht. Oder in Australien ist jetzt Sommer. Hier ist Winter. Überall ist eine unterschiedliche Natur und auch unterschiedliche Personencharaktere. Alles besteht aus den 5 Elementen. Auch die Natur besteht aus den 5 Elementen. Hier ist es Winter, in Australien Sommer. Das ist sehr verschieden. Genauso ist die Natur der Personen sehr verschieden. Genauso war die Tradition vor 1000 Jahren sehr unterschiedlich. Ich gebe ein Beispiel. In Tibet gibt es viele hohe Berge. Es ist sehr kalt. Dort gibt es ein bestimmtes Medizinsystem. Am Meer ist es sehr heiß. Dort gibt es ein anderes System. Das sind unterschiedliche Kulturen. Jeder sollte die andere respektieren.

20. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind? (Frage falsch verstanden)

Ich habe in meiner eigenen tibetischen Sprache tibetische Medizin studiert. Mein Ziel ist es Patienten, die leiden, zu helfen. Manche Leute leiden zu viel und haben zu viele Schmerzen. Ich gebe ein Beispiel: Manchen Patienten gebe ich Medizin, und sie hilft sofort innerhalb eines Tages, bei anderen nicht.

17. Dr. Y.K. Dorjee

Neu Delhi, 11.2.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

Dr. Dorjee ist in Ladakh geboren und arbeitet mit noch einer weiteren Ärztin in einer Praxis in Majnukatilla, einem tibetischen Lager etwas außerhalb von Delhi. Die Praxis ist sehr gut besucht, vor allem von Tibetern und auch einigen Leuten aus dem Westen, die sich hierher verirren. Als besondere Instrumente benutzt Dr. Dorjee zwei externe Therapiemethoden, die ich nur in ihrer Praxis gesehen habe. Das erste ist ein Holzstab, der auf einem Holzbrett so lange gerieben wird, bis er sehr heiß ist. Anschließend wird er auf bestimmte Punke am Körper gedrückt, wie zum Beispiel auf das Knie bei Gelenksbeschwerden. Das zweite ist eine moderne Variante des Schröpfens. Sie benutzt Vakuumgläser und drückt diese an bestimmte Körperstellen und führt dann leichte Klopfbewegungen darauf aus.
Ich habe zwei Tage mit Dr. Dorjee verbracht.

1. **Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?**
In Dharamsala.
2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche?
Ich benutzt nur traditionelle tibetische Medizin. Wenn aber ein Patient kommt, der Schmerztabletten nimmt, dann rate ich ihm nicht, diese sofort abzusetzen, sondern wir arbeiten erst zusammen. Später kann er dann die Tabletten nach und nach reduzieren.
3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Ich bin schon an viele Orte gereist, wie zum Beispiel Kalkutta. Dort habe ich fünf Jahre gearbeitet. Danach bin ich nach Kakinada auch für fünf Jahre gegangen. Jetzt bin ich seit drei Jahren hier.
4. Wer bezahlt Sie? Dharamsala
5. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag? So ungefähr 80 bis 100
6. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?
Manchmal kommen sie zweimal im Monat. Bei gewissen Krankheiten, wie zum Beispiel Magenprobleme, kommen sie auch manchmal dreimal im Monat.

Krankheitsursachen:
7. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage die Hauptursachen?
Durch den Lebensstil und das Essen.

Einteilung von Krankheiten:
8. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor?

Am häufigsten haben wir hier Magenprobleme. Außerdem haben wir viel Arthritis, chronische Krankheiten, Hautprobleme wie zum Beispiel Psoriasis.

Diagnostik und Therapie:

9. Wie erkennen Sie eine Krankheit? Puls-, Urin-, Zungendiagnostik und Befragung.

10. Wie heilen Sie Krankheiten?

Aderlass, Moxibustion, Schröpfen und „To" (die Methode mit dem Holzstab A.d.Ü.). **Benutzen Sie all diese Methoden hier in ihrer Praxis?** Wir praktizieren das Schröpfen und To, manchmal machen wir auch Massagen und die Goldene Nadel Therapie. Natürlich verschreiben wir auch die Kräuter.

11. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Krebs und ein paar Hautkrankheiten (Rest wegen zu vielen Nebengeräuschen nicht verständlich)

12. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab? (Frage falsch verstanden)

Wir können jede Krankheit diagnostizieren. Ich hatte noch keinen Aids Patienten. Ansonsten können wir mit unserem Verständnis von *Lung*, *Tripa* und *Begen* und heiß und kalt alle Krankheiten diagnostizieren. Das ist unser hauptsächliches Verständnis von den Krankheiten.

13. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie? (Frage falsch verstanden)

Wir raten dem Patienten die Medizin zu nehmen, einige Übungen zu machen und den Lebensstil zu verbessern. **Und für wie lange geben sie die Medizin?** Wenn Patienten von sehr weit her kommen, wie zum Beispiel von Russland oder Frankreich, dann gebe ich Medizin für drei Monate. Wenn sie näher wohnen, dann für einen kürzeren Zeitraum.

14. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Ja, wenn es einem Patienten nicht besser geht, dann überweise ich ihn zu einem Seniordoktor. **Nur zu tibetischen Ärzten?** Manchmal zum tibetischen Arzt und manchmal auch zum allopathischen Arzt. Zum Beispiel bei Notfällen, wenn jemand einen Unfall hatte, dann schicken wir ihn dorthin. Sie haben Schmerztabletten und diese ganzen Dinge.

15. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?

Mehr als 150 Pillen und auch Juwelenpillen.

16. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden? Dharamsala

17. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke? nein

Allgemein:

18. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Die allopathische Medizin ist bei Notfällen sehr gut. Aber ich kenne sie zu wenig um darüber urteilen zu können. Aber bei Notfällen ist sie sehr gut.

19. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Ich nehme meine Medizin. **Also sie diagnostizieren sich selber und behandeln sich selbst?** Ja, genau!

18. Dr. Yeshi Dorjee

(Chief Medical Officer)

Dharamsala, 15.2.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

Dr. Dorjee ist in Nepal geboren. Er arbeitet in einer Gemeinschaftspraxis mit noch zwei weiteren Ärzten in Mcloed Ganj, dem tibetischen Teil von Dharamsala. Zu der Zeit, als ich da war, besuchten nur wenige Patienten seine Praxis. Viele waren in Bodhgaya oder auf dem Rückweg, da der Dalai Lama sich zu dieser Zeit dort befand. In seine Praxis kommen viele Tibeter, die ganz neu von Tibet hierher geflohen sind, und in Dharamsala als „Newcomer" bezeichnet werden.
Für ein kurzes Interview stellte sich Dr. Dorjee gerne zur Verfügung. Leider ist die Aufnahme sehr leise und hat viele Nebengeräusche, weswegen ich einige Passagen nicht übersetzen konnte.

1. **Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?**
In Dharamsala, in Indien. Ich habe fünf Jahre lang tibetische Medizin gelernt.
2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche? Nur tibetische Medizin
3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Ich mache viel Forschung und reise in die tibetischen Flüchtlingslanger bei .... Dort habe ich mehr als fünf Jahre gearbeitet, oder sogar sechs Jahre. Dann kam ich in das tibetische Flüchtlingslager bei Mundgod. Dort war ich ungefähr 8 Jahre. Danach bin ich nach Dharamsala gekommen. Hier arbeite ich jetzt seit zwei Jahren. **Sind sie auch ins Ausland gefahren?** Ja, ich habe auch europäische Länder besucht. Einige schon mehrere Male. Ich war auch in Amerika. Ich habe Frankreich besucht, Lateinamerika und noch andere Länder.
4. Wer bezahlt Sie? Dharamsala
5. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?
Wir haben so um die 45 oder 40 Patienten pro Tag.
6. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?
Das ist vom Stadium oder von der Art der Krankheit abhängig. Wenn ein Patient eine chronische Krankheit hat, kommt er über einen längeren Zeitraum. Wenn aber die Krankheit sehr neu ist, wie zum Beispiel bei Erkältung oder Durchfall, dann kommen sie schon nach sechs Tagen wieder. **Für wie viele Tage verschreiben sie die Medizin?** Das Minimum sind fünf Tage, das Maximum 10 Tage. Wenn aber Patienten von weit her kommen, dann verschreiben wir die Medizin für ein bis drei Monate. Wenn sie von weiter her kommen, können sie nicht so oft nach hier fahren.

Krankheitsursachen:
7. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage die Hauptursachen?
Heutzutage sind das andere Faktoren als früher. Ich denke heutzutage verursachen viele Dinge Krankheiten. Zum Beispiel die Umweltverschmutzung und viele künstliche Dinge, wie

die Ernährung. Es sind so viele verschiedene Faktoren. Ich denke, dass Stressfaktoren auch noch sehr wichtig sind, ganz gleich ob hier oder in den westlichen Ländern. Die Gesellschaft hat immer mehr Stress und wird immer komplizierter. Das verursacht viele Störungen im Geist. In der tibetischen Medizin sagen wir, wenn der Geist immer mehr gestört wird oder aus dem Gleichgewicht gerät, dann wird auch der Körper aus dem Gleichgewicht geraten. Durch das körperliche Ungleichgewicht erscheinen weniger Probleme im Geist. All diese Störungen und Probleme im Geist machen aber dafür körperliche Beschwerden. Ob in Indien oder in den westlichen Ländern, viele körperliche Krankheiten beruhen eher auf geistigen Problemen, wie Stress oder Depression. Viele Patienten, die zu mir kommen, haben ein *Lung* Ungleichgewicht. In der tibetischen Medizin werden *Lung* Krankheiten mit dem Geist in Zusammenhang gebracht.

Einteilung von Krankheiten:

8. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor? Arthritis, Bluthochdruck und auch Magenbeschwerden, Diabetes, Asthma...

Diagnostik und Therapie:

9. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Hauptsächlich durch Zungendiagnostik, Befragung, Pulslesen, Urinanalyse, daneben machen wir manchmal Augenlesen, Hautbetrachtung, Blutdruckmessen. Das sind die wichtigsten diagnostischen Methoden.

10. Wie heilen Sie Krankheiten?

Normalerweise verschreiben wir Medizin. Manchmal verwenden wir auch andere Therapiemethoden wie die Goldene Nadel, Aderlass , Moxibustion, Massagen usw...

11. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Bei Krebs und Aids ist es schwierig, die richtige Medizin zu bekommen.

12. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

....., einige Arten von Operationen werden abgelehnt.....und auch „Herz-Wasser-Lassen“ und „Lungen-Wasser-Lassen“ und „Magen-Wasser-Lassen“ und „Knochen-Wasser-Lassen“.

13. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie? (Frage falsch verstanden)

In meinen 15 Jahren als Arzt habe ich festgestellt, dass die Medizin sehr wirkungsvoll ist. Deshalb habe ich keine Zweifel an der Effektivität der Medizin. Sogar bei den chronischen Krankheiten wie Arthritis, Asthma oder Herzkrankheiten ist sie sehr erfolgreich....Es handelt sich allerdings um eine sehr lange Behandlung, manchmal ein Jahr, manchmal 6 Monate. Ich denke unsere Medizin ist sehr, sehr gut...

14. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?
Ja! Ich denke, dass ist auch eine Art der Integration. Zum Beispiel einige Fälle von Tuberkulose können wir nicht mit tibetischer Medizin behandeln....Das wäre eine Zeitverschwendung für den Arzt und auch für den Patienten. Warum dann nicht allopathische Medizin geben? Das liegt daran, dass die allopathische Medizin eine sehr „sichere“ Medizin ist. In diesem Fall wird dadurch die Ursache bekämpft. Also warum sie dann nicht geben? **Überweisen sie nur zu anderen allopathischen Ärzten oder auch zu anderen tibetischen Ärzten?** Natürlich, vor allem zu allopathischen oder tibetischen Ärzten....
15. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?
Wir haben die drei Säfte, und zu jedem gibt es sehr viele verschiedene Pillen.....In unserer Pharmakologie werden zwischen 145000 - 160000 Pillen hergestellt....Zum Beispiel bei Aids haben wir keine spezielle Medizin, trotz Jahren der Forschung. Aber wir können durch unseren Geist und die Methoden, die wir haben, die Ursachen von HIV reduzieren. Dann können wir sagen, dass diese Kräuter gut gegen Aids sein sollen....
16. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden? Dharamsala
17. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke?
Nein, ich denke, das wäre nicht so gut, denn wir sind tibetische Ärzte und sollten unserem eigenen System folgen....Wenn wir zum Beispiel den Blutdruck mit Pulsdiagnostik bestimmen, können wir nicht sagen, dass der Blutdruck 150 zu 100 beträgt. Wir können nur sagen, ob der Patient Bluthochdruck hat oder nicht. Wir können dies nur ungefähr durch den Puls feststellen. Aber da der Patient es immer genau wissen möchte, benutzen wir dieses Blutdruckmessgerät. Einige Ärzte benutzen es, andere nicht. Viele Patienten, besonders die, die Bluthochdruck haben, sind mit dem Pulslesen alleine nicht zufrieden.

Prävention:

18. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?
In der tibetischen Medizin arbeiten wir mit den drei Säften. Diese müssen immer im Gleichgewicht sein. Wenn sie im Gleichgewicht sind, ist man körperlich und geistig gesund. Wenn sie im Ungleichgewicht sind, ist man geistig und körperlich gestört. Um dem vorzubeugen muss man die Ursachen der drei Säfte kennen. In diesem Jahrhundert oder in dieser modernen Welt ist es sehr schwierig, im Gleichgewicht zu bleiben. Da gibt es sehr viele verschiedenen Faktoren, wie zum Beispiel Hass, Konkurrenzkampf, Eifersucht. Das zu ändern bedeutet eine Umstellung nicht nur für einen Tag oder einen Monat, sondern für das ganze Leben. Auch der Stress ist ein wesentlicher Faktor. Wenn man isst, trinkt oder schläft, liest, liegt oder sich bewegt, muss man entspannen, damit man nicht noch mehr Stress entwickelt. Ich gebe dann auch Ratschläge zur Ernährung und erkläre, ob er zum Beispiel etwas Öliges, Saures oder Salziges essen soll. Man darf von allem nicht exzessiv viel zu sich nehmen,

weder vom Süßen, noch vom Öligen. Wenn man zum Beispiel zu viel Alkohol trinkt oder zu viel Öliges isst, wird man bald ein Herzpatient, bekommt Bluthochdruck oder zu viel Cholesterin. Was immer man auch isst, was immer man auch macht, sogar was immer man auch denkt oder um so mehr Stress man hat, das alles muss im Gleichgewicht oder in Maßen sein. Wenn man zu viel Stress hat, durch den Job oder durch die Familie muss man die wahre Ursache finden. Man muss eine Lösung finden und seinen Geist kontrollieren. Wenn man seinen Zustand wirklich mit anderen vergleicht, sieht man, dass das eigene Problem sehr klein ist. Man sieht zum Beispiel eine Frau, die wirklich leiden muss, die sich so viele Sorgen machen muss. Dann wird das eigene Problem sehr klein. Wir Tibeter glauben an unsere *karmischen* Wirkungen. Wenn man im letzten Leben gutes *Karma* angesammelt hat, lebt man jetzt unter guten Bedingungen. Wenn man im letzten Leben schlechtes *Karma* angesammelt hat, hat man in diesem Leben viele Probleme und auch Krankheiten.
In der tibetischen Medizin gibt es 404 verschiedene Arten von Krankheiten. Diese werden in den drei Säften zusammengefasst. Deshalb denke ich, wenn man die Faktoren oder Ursachen dieser Säfte kennt, kann man jeder Krankheit vorbeugen. Die Hauptursache aller Krankheiten ist die Unwissenheit. Daraus entsteht Hass, Anhaftung und all diese Sachen. Aus Anhaftung entstehen *Lung*-Krankheiten. Aus Hass entstehen *Tripa*-Krankheiten und aus Dummheit *Begen*-Krankheiten. Das bedeutet das letztendlich alle Krankheiten aus dem Geist entstehen. Denn der Geist produziert all die negativen Dinge und auch viele positiven Dinge. Deshalb sollte der Geist immer in einem ausgeglichenem Zustand sein.

Allgemein:

19. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

...Sie ist eine sehr gute Medizin. Aber die Ärzte sind oft sehr vom Geschäftemachen eingenommen. Ich denke, das ist eine negative Seite...

20. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Ich versuche es zuerst mit der richtigen Ernährung. Wenn das alleine nicht hilft, nehme ich tibetische Medizin. Damit sind die meisten Probleme geheilt. Bei großen Problemen nehme ich zuerst tibetische Medizin, wenn das nicht hilft, allopathische Medizin. Am liebsten versuche ich es erst mal nur durch Ernährung.

19. Dr. Dekhang T. Dorjee

Pharmakologie und externe Therapiemethoden

Dharamsala, 17.2.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

Dr. Dorjee ist 1969 in Tibet geboren. Seine Familie konnte aus gesundheitlichen Gründen nicht so früh wie die meisten Tibeter aus Tibet fliehen. Als er fünf Jahre alt war, kam er schließlich nach Indien. Er arbeitet im Men-Tsee-Khang in Dharamsala in der Pharmakologischen Abteilung, und so habe ich ihm vor allem Fragen zu diesem Gebiet gestellt.

1. Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?

Ich habe von 1988 bis 1992 tibetische Medizin in Dharamsala studiert, also fünf Jahre lang. 1993 bin ich in eine Zweigniederlassung gegangen. Es gibt davon ungefähr 40 Stück. Die meisten davon befinden sich in Indien, Nepal, aber auch in Europa. In der Zweigniederlassung bleiben wir mindestens für ein Jahr mit einem Seniordoktor, sozusagen als Praktisches Jahr. So braucht man insgesamt sechs Jahre, um tibetische Medizin zu studieren. Ich arbeite jetzt seit 10 Jahren als tibetischer Arzt.

2. In welchem Arbeitsbereich sind sie hier in Dharamsala angestellt?

Im Moment habe ich mich auf medizinische Pflanzen spezialisiert. Als tibetischer Arzt müssen wir, nicht wie der allopathische Arzt, nur die Medizin studieren, sondern auch verstehen, wie die Medizin beschaffen ist, wie sie aussieht und wie sie genau funktioniert. Wir müssen ganz genau wissen, aus welchen Stoffen (Pflanzen) die Medizin zusammengesetzt ist. Um ein genaues Verständnis über die unterschiedlichen Pflanzen, die wir in der tibetischen Medizin verwenden, zu bekommen, müssen wir uns darin spezialisieren. Deshalb arbeite ich hier in der Abteilung für Pharmakologie.

3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?

Ich war in der Schweiz, in Deutschland und in Österreich. Und auch ...

Krankheitsursachen:

4. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage die Hauptursachen?

Das variiert von Tradition zu Tradition, von Land zu Land. Das ist sehr unterschiedlich. In der tibetischen Gemeinschaft hatten wir früher große Probleme mit Unterernährung. Heutzutage haben wir viele Probleme, zum Beispiel mit Bluthochdruck, weil wir viel zu viel essen. Auch Arthritis kommt bei den Tibetern sehr oft vor. Die Inder haben mehr Probleme mit Diabetes, aber auch mit Arthritis. Auch Krebs ist ein Problem. In den westlichen Ländern haben die Menschen mehr Probleme durch Stress und Anstrengung. Wenn die Menschen mit chemischen Dingen arbeiten, haben sie oft Lungenprobleme. Und auch Aids und Krebs ist ein großes Problem. Das sind die Krankheitsbilder die heutzutage sehr häufig sind.

Pharmakologie:

5. Ich habe gesehen, dass hier in Dharamsala die ganze Medizin hergestellt wird. Nun sind sie ja aber nicht mehr in Tibet. Woher beziehen sie denn hier die verschiedenen Pflanzen, die sie benötigen?

Wenn man die tibetische Medizin ganz genau studiert, wird man feststellen, dass darin nicht nur die Pflanzen verwendet werden, die in Tibet wachsen. Es werden auch viele andere Kräuter benutzt, die auch in Indien wachsen. Da Tibet sehr nah an Indien liegt, gab es in der Geschichte einen regen Austausch zwischen den unterschiedlichen medizinischen Systemen. Wenn man sich zum Beispiel die ayurvedische Medizin anschaut, wird man viele Ähnlichkeiten zur tibetischen Medizin feststellen. Auch bei den Inhaltsstoffen der Medizin gibt es sehr viele Gemeinsamkeiten. In der tibetischen Medizin werden die gleichen Kräuter wie in der ayurvedischen Medizin verwendet. Ich denke, in der Vergangenheit gab es einen regen Austausch, nicht nur zwischen diesen beiden Medizinsystemen, sondern auch mit der chinesischen und arabischen Medizin. Ich selber kann nicht viel über Tibet erzählen. Ich bin zwar dort geboren, aber kann mich nicht mehr so gut daran erinnern. Ich weiß, dass auch früher die tibetische Medizin sehr viele Kräuter verwendet hat, die in Indien wachsen, ebenso wie jene aus Tibet. Für uns war es einfacher die Kräuter zu bekommen, die in Tibet wachsen, als die indischen. Jetzt im Exil ist es einfacher die Kräuter zu bekommen, die in Indien wachsen und schwieriger, die aus Tibet zu bekommen. Das ist also nur eine Umkehrung. Aber trotzdem ist es uns mit verschiedenen Mitteln möglich, diese Kräuter aus Tibet zu bekommen. Wir im Institut der tibetischen Medizin arbeiten hauptsächlich, um anderen Menschen zu helfen, egal ob sie Moslems, Christen, Hindus oder Tibeter sind. Denn das Wichtigste ist, der Gesellschaft zu dienen. Wir schauen dabei nicht auf unterschiedliche Rassen. Wenn eine arme Person zu uns kommt, ganz egal aus welcher Gesellschaft, müssen wir sie behandeln. Mit den Jahren haben viele Menschen davon profitiert. Deshalb gibt es auch viele Menschen, die unser Institut unterstützen. Manche versuchen selber die Kräuter zu bringen oder spenden an unser Institut. So wissen Leute von ganz unterschiedlichen Regionen, dass wir der Gesellschaft dienen, einen Namen und einen sehr guten Ruf haben. Sie versuchen uns zu helfen. Denn sie wissen, dass ihre Hilfe für viele andere Leute sehr sinnvoll ist.

6. Es gibt ja schon seit langem eine Diskussion über die Standardisierung der Pillen. Im Moment ist es noch so, dass die Pillen von Dharamsala in der Dosierung bzw. im Mischverhältnis anders zusammengesetzt sind, wie zum Beispiel in der Praxis in Kathmandu, obwohl sie den gleichen Namen tragen. Ist es sinnvoll dort ein einheitliches System zu schaffen?

Ja, diese Standardisierung ist tatsächlich sehr wichtig. Das wäre vor allem für den Patienten sehr hilfreich. Es gibt zum Beispiel viele Patienten, die nicht zu unserem Institut kommen

können, obwohl wir so viele Zweigniederlassungen und Ärzte haben. Dann gibt es Ärzte, die sie leichter erreichen können, weil sie zum Beispiel in diesem oder jenem Land wohnen.
(Pause, da ein Affe ins Haus kam und Grapefruits stahl)
Es gibt Ärzte, die in einem sehr abgelegenen Gebiet wohnen. Wenn diese Ärzte ihre Medizin standardisieren könnten, wäre das bestimmt sinnvoll für den Patienten. Das wichtigste ist, dass der Patient davon profitiert. Aber ich denke, es ist sehr schwierig, die Medizin für alle Ärzte zu standardisieren. Das ist von Person zu Person unterschiedlich. Es hängt davon ab, wie stark ein Arzt motiviert ist. Es ist wie bei den allopathischen Ärzten. Obwohl sie von der gleichen Universität kommen, haben sie alle unterschiedliche Motivationen. Manche haben eine sehr gute Motivation, dem Patienten zu helfen. Aber es gibt auch andere Ärzte, die nur durch das Geld motiviert sind.
Es werden ja sehr viele unterschiedliche Kräuter verwendet. Manche sind sehr teuer, andere nicht. Wenn jemand eine gute Motivation hat und standardisierte Medizin herstellen will, dann wird er auch die teure Medizin verwenden. Er wird nicht an die Kosten denken. Wenn er die teuren Kräuter verwendet, wird das dem Patienten sehr nutzen. Es ist jedenfalls sehr schwierig mit der Standardisierung.
In unserem Institut jedoch, das einen sehr guten Namen hat und auch den Namen seiner Heiligkeit des Dalai Lama trägt, dürfen wir diesen Ruf nicht schädigen. Wenn wir nicht die richtige Pflanze bekommen, dann stellen wir die Medizin auch nicht her. Wir stoppen die Produktion so lange, bis wir die richtige Pflanze bekommen. Wir machen das, weil wir den Namen und den Ruf haben. Und wir wollen diesen Ruf auf lange Zeit bewahren. Wir haben den Namen der tibetischen Medizin von Tibetern! Auch als Tibeter haben wir die Verantwortung perfekt, präzise und vorsichtig zu sein, und zwar auf lange Zeit.

7. Ich habe von Ärzten gehört, dass die Pillen nicht ihre volle Wirkung haben, wenn man keine *Mantras* während ihrer Produktion rezitiert. Das klingt für uns Europäer etwas fremd, da bei uns die Medizin allein durch ihre Wirkstoffe funktionieren. Was ist die Bedeutung von diesen *Mantras*?

Seine Heiligkeit sagte einmal, die tibetische Medizin sei eine Wissenschaft des Heilens. Es hat alles eine Bedeutung, warum genau diese Kräuter verwendet und jene Medizin hergestellt wird. Wir stellen die Medizin auf der Basis dieser Wissenschaft her, mit dem Wissen, dass diese bestimmten Inhaltsstoffe genau gegen jenes Problem wirken. Es sind also die Inhaltsstoffe, die genau diese Wirkung auf den Körper haben und nicht die *Mantras*, die rezitiert werden. Trotzdem ist das Rezitieren der *Mantras* und eine starke Motivation, dass diese Pillen wirklich helfen mögen sehr sinnvoll. Sie werden dadurch noch besser helfen. Es ist nicht so, dass die Medizin ohne *Mantras* keinen Effekt hätte. Dann wäre die tibetische Medizin keine Wissenschaft des Heilens. Es besteht keine Verbindung mit der Wirkung der Kräuter. Wenn das so wäre, warum sollten wir dann überhaupt unterschiedliche Arten von Pillen

herstellen. Dann brauchten wir einfach nur eine sehr preiswerte Pille herstellen und diese gegen alle Probleme geben. Es ergibt somit keine Sinn, dass das *Mantra* der hauptsächliche Faktor der Heilung wäre.
Es ist auch sehr wichtig, dem Menschen Gründe zu zeigen, warum die Medizin wirkt. Die Menschen werden immer gebildeter und wollen immer mehr logische Erklärungen haben. Heutzutage stellt sich immer mehr heraus, wie effektiv die tibetische Medizin ist. Wir sagen nicht, dass die tibetische Medizin besser wäre als eine andere Medizin. Wir sagen, dass in einigen Fällen die tibetische Medizin besser hilft und in anderen Fällen die allopathische Medizin. Manchmal ist auch die indische oder chinesische Medizin die Beste. Mein Wunsch wäre, dass die tibetische Medizin legal wird. Das wäre sehr wichtig, um den Menschen zu helfen. Ich als tibetischer Arzt verlasse mich nicht immer auf die tibetische Medizin, sondern manchmal auch auf die allopathische. Das ist immer von der Krankheit abhängig, die ich im Moment habe. Wir Menschen sind noch nicht *erleuchtet*. Solange wir noch nicht *erleuchtet* sind, werden wir immer unterschiedliche Krankheiten haben. Genauso wie es in jedem Altersstadium unterschiedliche Krankheiten gibt, haben wir auch ganz viele unterschiedliche Medizin für all die verschiedenen Arten von Krankheiten. Wenn der Patient sich das System aussuchen kann, von dem er die Medizin bekommt, hat auch er den letztendlichen Nutzen. Auch ein Arzt kann zu einem Patienten werden. Ich werde manchmal ein Patient. Wenn ich weiß, dass die allopathische Medizin besser für mich ist, dann werde ich auch einen allopathischen Arzt konsultieren. Aber manchmal weiß ich, dass die tibetische Medizin besser wirkt, denn ich habe sie ja studiert. Dann nehme ich auch tibetische Medizin. Genau in der gleichen Weise können die Patienten, die die verschiedenen Systeme kennen, sich entscheiden, welche Medizin die Beste gegen ihre Krankheit ist. Allopathische Ärzte fragen sich manchmal, warum sie nicht die verschiedenen Systeme miteinander kombinieren sollten. Bei Tuberkulose weiß ich, dass die tibetische Medizin in Kombination mit der allopathischen Medizin sehr gut funktioniert. Wir sagen also nicht, dass die tibetische Medizin für alle verwendet werden soll.

8. Wie sie vielleicht wissen, haben wir in Deutschland das Problem, dass die tibetischen Pillen dort nicht legal sind, das heißt, nicht verschrieben werden dürfen. Ein Grund, warum sie in Europa so umstritten sind, ist dass in manchen Quecksilber festgestellt wurde. Nach unserem westlichen Verständnis ist dies für den Körper schädlich ist. Wie steht das im Zusammenhang mit der Aussage, dass die tibetische Medizin keine Nebenwirkungen hat?

Das ist sehr von den Medien beeinflusst, von der Art und Weise, wie sie alles an die Öffentlichkeit weiter gegeben haben. Die Medien haben gerade erst veröffentlicht, dass die tibetische Medizin Quecksilber enthält und dass sie den Körper auf diese oder jene Weise negativ beeinflusst. Andererseits hat keiner veröffentlicht, welche Wunder sich schon durch die Ju-

welenpillen ereignet haben! Wenn sie von diesen positiven Wirkungen berichtet hätten, wäre jetzt die Stimmung komplett entgegengesetzt. Ich denke, die eine Sache ist die, wie die Medien die Medizin publizieren. In einer deutschen Zeitschrift wurde veröffentlicht, dass eine Frau durch Juwelenpillen geschädigt wurde. Aber wie viele Menschen wurden wirklich geschädigt? Dann stellt man fest, das ist nur eine Person. Das ist nur ein Fall. Und in diesem Fall müssen wir uns genau anschauen, inwiefern diese Person vielleicht auch von den Juwelenpillen profitiert hat. Man muss der Öffentlichkeit ein vollständiges Bild geben. Nebenwirkungen können zwar auftreten, aber die Medizin zeigt auch diesen oder jenen Nutzen. Wenn man den Fall genau betrachtet, handelt es sich nur um eine Person. Die tibetische Medizin wurde schon Millionen von Menschen gegeben. Sie alle profitieren sehr davon. Heutzutage sind die Menschen sehr gebildet und haben ein großes Verständnis. Sie sind nicht dumm! Sie nehmen immer noch die tibetische Medizin. Warum? Sie wissen, dass die tibetische Medizin ihnen hilft.

Ich persönlich denke, dass hinter diesen Veröffentlichungen die chinesische Regierung stecken könnte. Vielleicht auch private Unternehmen! Damit sie mehr Geld verdienen, schreiben sie negative Dinge über diese und andere Systeme. Viele Leute machen viel, um Geld zu verdienen. Wir sind alle noch nicht *erleuchtet* und sehr in negative Motivationen verstrickt. Wir geben zu, dass Quecksilber in den Juwelenpillen ist. Aber wir verwenden nicht das unverarbeitete Quecksilber. Wir führen einen Entgiftungsprozess mit dem Quecksilber durch. Wenn jemand genau wissen will, wie es entgiftet wird dauert sehr lange! Man braucht viele andere Zutaten, um das Quecksilber zu entgiften. Wir wissen auch, dass Quecksilber alleine sehr giftig ist. Das ist auch von der Wissenschaft bestätigt. Deshalb wissen wir, dass wir das Quecksilber erst entgiften müssen, bevor wir es für unsere Pillen verwenden. Das Entgiften dauert mindestens zwanzig Tage. Auch die Leute, die das Quecksilber entgiften, müssen selbst entgiftende Medizin zu sich nehmen, damit sie das Gift nicht belastet. Somit wird für die Medizin nur das entgiftete Quecksilber verwendet! Wir denken auch, dass viele Pflanzen von Natur aus giftig sind. Man muss wissen, wie man sie richtig verwendet, dann werden sie zu sehr wirksamer Medizin. Das ist immer vom Wissen der einzelnen Personen über die Medizin abhängig. Zum Beispiel hat Aconitum eine sehr giftige Natur. Wenn jemand nicht weiß, wie man es korrekt entgiftet und anwendet, können sehr schlimme Komplikationen auftreten. Eine weitere Sache ist, dass die tibetische Medizin über lange Zeit geprüft wurde. Seit Jahrhunderten nehmen die Leute die gleiche tibetische Medizin. Eine Medizin, die nicht funktioniert wird irgendwann nicht mehr angewendet. Unsere Chirurgie wurde ab einer gewissen Periode in der Geschichte der tibetischen Medizin nicht mehr praktiziert. Die Medizin wurde so viele Jahrhunderte angewendet und die Leute wissen, welchen großen Wert sie hat.

9. Außer diesen Medikamenten aus Pflanzen und Mineralien werden ja auch immer noch die sogenannten externen Therapiemethoden wie zum Beispiel der Goldene Hammer, Moxibustion und andere angewendet. Für uns Europäer sieht das sehr primitiv aus, so als würden sie aus dem Mittelalter stammen. Können Sie erklären, wie diese Methoden wirken und warum sie im Gegensatz zur tibetischen Chirurgie immer noch angewendet werden?

Die allopathische Medizin basiert auf stetigen Fortschritt mit vielen Veränderungen und vielen neuen Instrumenten. Mit der Zeit wurden viele neue Diagnoseinstrumenten entwickelt. Dagegen gibt es in der tibetischen Medizin keine großen Veränderungen. Natürlich haben wir ein paar Veränderungen, aber nicht viele. Wenn wir über diese externen Therapiemethoden wie Goldener Hammer, Goldene Nadel oder Silberne Nadel reden, müssen wir wissen, dass wir in der tibetischen Medizin glauben, dass verschiedene Punkte am Körper mit bestimmten Organen in Verbindung stehen. Verschiedene innere Organe, verschiedene Vitalorgane, verschiedene Hohlorgane und verschiedene Sinnesorgane haben unterschiedliche Funktionen im Körper. Wir denken, wenn wir diese äußeren Punkte am Körper behandeln, dann auch das korrespondierende innere Organ positiv beeinflussen wird. Obwohl es vielleicht ab und zu primitiv aussehen mag, hat man eine langjährige Erfahrung mit dieser Methoden. Man muss zur richtigen Zeit das richtige Instrument für den richtigen Punkt benutzen. Das Ergebnis ist natürlich auch vom Können des Arztes abhängig. Viele dieser Instrumente werden auch schon von Europäern verwendet. Manche Patienten versuchen sie auch zu umgehen, weil sie für den Körper sehr schmerzhaft sein können. Aber tief im Inneren möchte man ja gesund werden. Oft haben sie schon sehr viele verschiedene Behandlungen probiert, zum Beispiel die allopathische Medizin. Aber sie konnte nicht helfen. Natürlich nur in manchen Fällen. Dann hören sie vielleicht von der tibetischen Medizin und dass sie gut gegen das Problem hilft. Diese externen Therapiemethoden zeigen gegen gewissen Probleme sehr gute Ergebnisse. In manchen Fällen ist es eine dauerhafte Heilung. In anderen Fälle währt die Heilung nur für einen gewissen Zeitpunkt bis es zu einem Rückfall kommt.

10. Was denken sie im Vergleich dazu dann über die tibetische Chirurgie? Warum wird diese nicht mehr angewandt?

Momentan verwenden wir nicht viele der chirurgischen Methoden, die uns zur Verfügung stehen würden, wie zum Beispiel .... (unverständlich) oder Katarakt Operationen. Ich habe niemals jemanden gesehen, der diese chirurgischen Instrumente benutzt hat. In der Zeit, in der die allopathische Medizin noch gar nicht existiert hat, da haben die Tibeter schon chirurgisch gearbeitet. Vielleicht hat die allopathische Medizin in der Vergangenheit sogar von dieser Medizin gelernt. Man weiß es nicht, aber es wäre möglich. In der gleichen Weise hat auch die tibetische Medizin von anderen Systemen sehr viel gelernt, wie zum Beispiel von der chinesischen oder der indischen Medizin. Momentan lernen wir sehr viel von der allopa-

thischen. Es gibt darin sehr viele Dinge, die ein tibetischer Arzt wissen sollte. Wenn man ein sehr großes Wissen über Medizin hat, nicht nur über die tibetische Medizin, dann wird dies auch helfen viele Krankheiten zu heilen. Nehmen wir Sie als Beispiel. Wenn Sie jetzt sehr viel über tibetische Medizin lernen und auch die allopathische Medizin studiert haben, dann sind Sie genau die Person von der man den besten Ratschlag bekommen kann, ob es besser ist, tibetische oder allopathische Medizin zu nehmen. Sie wissen, für welches Problem die tibetische Medizin und für welche die allopathische Medizin besser ist. Wir denken, dass es nicht gut ist darüber zu diskutieren, was besser ist. Sinnvoller ist es, den Leuten das Richtige zu geben und richtig zusammen zu arbeiten. Wir sagen nie, das ist der beste Mann, das ist die beste Behandlung. Natürlich gibt es in der allopathischen Medizin viele Dinge, mit denen wir nicht mithalten können. Ich habe jetzt sogar schon von Handtransplantationen gehört. Das ist faszinierend! Dies kann in der tibetischen Medizin nicht gemacht werden. Wir haben sehr großen Respekt vor der allopathischen Medizin.

20. Dr. Thokmay Paljor

Dharamsala, 17.2.2003, ohne Übersetzer, ohne Diktiergerät

Dr. Paljor arbeitet als Übersetzer des Gyüshi am Men-Tsee-Khang. Er ist in Indien geboren. Als tibetischer Arzt arbeitet er momentan nur im Ausland. So habe ich meine Fragen diesmal auch auf das Ausland bezogen.

1. **Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?**
In Dharamsala
2. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Nachdem ich fertig studiert habe, arbeitete ich fünf Jahre, von 1988 bis 1993, in unserer Zweigniederlassung in Ladakh. Danach war ich für ein paar Monate in Salugara in der dortigen Praxis. Anschließend bin ich als Lehrer für die Medizinstudenten nach Dharamsala versetzt worden. Ich habe dort von 1993 bis 1997 gearbeitet. Ab 1997 arbeite ich nun als Übersetzer. **Sind sie auch ins Ausland gereist?** Ja, erst ich reiste offiziell zweimal als Assistent von Dr. Wangyal[13] nach Norwegen, Schweden und England. Danach fuhr ich privat nach Europa. Ich war in Lichtenstein, Österreich, Schweiz und Deutschland, dort in München, Stuttgart, Nürnberg, Verne.
3. Wer bezahlt Sie? Dharamsala

Krankheitsursachen:
4. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage die Hauptursachen?
Im Westen sind das vor allem falsches Essen und falsches Verhalten. Ich erkläre immer meinen Patienten, wie sie sich durch gesunde Ernährung und auch durch geistige Faktoren selbst helfen können. Die größten Probleme im Westen sind die mentalen Probleme. Dadurch entstehen *Lung*-Krankheiten, und dies wirkt sich auf den ganzen Körper aus. Dadurch entstehen geistige und körperliche Störungen. Wenn der Einzelne auf seine Gesundheit achtet, wirkt sich das auf die ganze soziale Gruppe aus, schließlich auf das ganze Land und auf die ganze Welt.

Diagnostik und Therapie:
5. Wie erkennen Sie eine Krankheit?
Bevor der Patient kommt, möchte ich, dass er weiß, was er zu tun hat, bevor er mich sieht. Von seinem Verhalten her ist es wichtig, dass er entspannt ist. Ein Tag vor der Konsultation, muss er emotional vorsichtig sein. Er sollte Zorn und Ärger vermeiden. Auch auf bestimmte Sachen wie z.B. Alkohol sollte er verzichten. Dann frage ich den Patienten zuerst, welche Probleme er hat. Ich erfrage seine ganze Krankengeschichte. Danach versuche ich im Geist herauszufinden, welches Ungleichgewicht er hat. Nun unterstütze ich diese Verdachtsdiag-

nose durch die Pulsdiagnostik. Ich sage auch vorher dem Patienten, dass er seinen Urin mitbringen soll. Ich sehe mir den Urin und die Zunge an, wenn nötig fordere ich ihn auf, sich hinzulegen. Ich betaste den Körper nach Abnormalitäten. Manchmal ist die Diagnose sehr leicht. Dann stelle ich nur Fragen und untersuche den Puls. Aber manchmal ist sie auch sehr kompliziert. Dann nutze ich jede Methode aus, die wir haben. Man kann nur gut behandeln, wenn die Diagnose richtig ist.

6. Wie heilen Sie Krankheiten?

Im Moment haben wir nicht alle Möglichkeiten. Manchmal fühle ich mich deshalb unvollständig. In der tibetischen Medizin gibt es auch Mittel wie Nasentropfen, heiße Bäder und Brechmittel. Aber wir haben hier nicht die Einrichtungen dazu. Deshalb ist die Heilung eigentlich im Moment unvollständig. Meistens verschreiben wir nur Pillen. Wenn diese nicht helfen, haben wir keine andere Wahl als die anderen Möglichkeiten zu nutzen. Ich finde, wir sollten diese anderen Möglichkeiten verbessern. Wir haben jetzt schon seit 40 Jahren das Men-Tsee-Kang hier und immer noch nicht die Einrichtungen dazu. Als Flüchtlinge haben wir natürlich viele Probleme. Medizinische Pläne zu realisieren, ist sehr schwierig. Ehrlich gesagt, ich will diese Einrichtungen! Dann können wir einen viel besseren Gesundheitsservice anbieten. Wir verwenden auch den Goldenen Hammer, die Goldene Nadel und Moxibustion. Aderlass machen wir nicht so oft. In Ladakh haben wir das gemacht. Im Westen verwenden wir die Methode nicht, da man es nicht bei *Lung*-Störungen anwenden sollte. Man benutzt sie eher bei Blutstörungen. In Ladakh und auch Tibet gibt es viel *Tripa* und Blutleiden, aber wenig *Lung*-Krankheiten. Da ist Aderlass oft gut.

7. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Das ist schwer zu sagen, weil wir keine ausführlichen Krankenberichte schreiben. Deshalb können wir auch nicht sagen, ob wirklich alles geheilt wurde. Wir behaupten zwar, dass die tibetische Medizin Krebs und Aids heilen kann, aber wir können es nicht beweisen, da wir keine Dokumente haben.

8. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Es gibt eine Methode, bei der man mit dem Löffel die Krankheit aus dem Körper nimmt. Jetzt verwendet das keiner mehr. In der Zeit von König Trisong Detsen ist folgendes passiert: Seine Frau hatte Wasser im Körper. Ein Arzt wendete diese Löffel-Methode bei ihr an, und sie starb daran. Danach hat der König diese Methode verboten. Das war schon im 8. Jahrhundert.

9. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Ja. Wir denken, dass tibetische Medizin sehr gut gegen chronische Leiden wirkt. Aber bei Notfällen, wie bei sehr hohem Fieber oder starken Blutungen überweisen wir zu einem allo-

---

[13] Tibetisch: rdWang rGyal: König der Kraft.

pathischen Arzt. Aber auch die Ärzte vom Delek Hospital überweisen ihre Patienten bei chronischen Leiden an uns.

Prävention:

10. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche? (siehe 12.)

Allgemein:

11. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Gut und schlecht. Gut finde ich die Notfallmedizin bei akuten Fällen und sehr starken Schmerzen. Die tibetische Medizin wirkt sehr langsam und kann da nicht helfen. Schlecht finde ich, dass die allopathische Medizin zwar hilft, aber gleichzeitig auch schädigt. Sie hat immer Nebenwirkungen, zum Beispiel bei Kopfschmerzen. Die Schmerzen gehen zwar schnell weg, aber gleichzeitig wird das Herz geschädigt. Man muss dann immer wieder neue Medikamente nehmen, dadurch wird das Herz auch immer mehr belastet.

Ein Pluspunkt der allopathischen Medizin ist auch die Behandlung von Knochenbrüchen. Auch Operationen bei Stenosen im Herzen, diese zu öffnen, sind sehr gut.

12. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Bis jetzt musste ich nie allopathische Medizin nehmen. Ich konnte mich bis heute immer mit tibetischer Medizin heilen. Im Notfall würde ich aber natürlich allopathische Medizin nehmen. Das gleiche würde ich auch anderen raten. Aber auch die Prävention ist sehr wichtig, vor allem eine richtige Ernährung und richtiges Verhalten. Dadurch schafft man es, auf längere Zeit gesund zu bleiben.

21. Dr. Dawa Dolma

Dharamsala, 17.2.2003, ohne Übersetzer, ohne Diktiergerät

Die in Tibet geborene Ärztin arbeitet im Men-Tsee-Khang in Dharamsala in der Forschungsabteilung. Sie ist die erste weibliche Leibärztin des Dalai Lama.

1. **Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?**
In Dharamsala.

2. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Ich arbeite hier im Institut. Ich bin oft durch Indien gereist zum Beispiel nach Bombay, Delhi, Bodhgaya und Ladakh. Aber auch in anderen Ländern wie den USA, Kanada, Frankreich, England und Holland bin ich gewesen. Hier in Dharamsala arbeite ich vor allem an klinischen Studien. Wir haben gerade eine dreijährige Studie über Krebs beendet, jetzt starten wir noch eine präzisere. Ich arbeite auch noch als Ärztin des Dalai Lama.

3. Wer bezahlt Sie? Dharamsala

Krankheitsursachen:

4. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage die Hauptursachen?
Das ist abhängig vom Land. Entwicklungsländer haben vor allem bakterielle Krankheiten. In den westlichen Ländern gibt es mehr Geisteskrankheiten. Das liegt am Lebensstil. Viele Leute leben sehr alleine und haben keine sozialen Bindungen. Deshalb gibt es dort vor allem *Lung*-Krankheiten. Auch Krebs ist durch mentale Probleme bedingt.

Einteilung von Krankheiten:

5. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrem Gebiet vor?
Arthritis, Gastritis und Tbc

Diagnostik und Therapie:

6. Wie erkennen Sie eine Krankheit?
Wir verwenden hier Pulsdiagnostik, Urindiagnostik, Beobachtung von Augen und Gesicht, Befragung und manchmal messen wir auch den Blutdruck.

7. Wie heilen Sie Krankheiten?
Wenn die Krankheit nicht sehr ernst ist, gebe ich Ratschläge über Diät und Verhalten. Wenn die Krankheit ernst ist, gebe ich Medizin, wenn sie sehr chronisch ist, verwende ich auch andere Methoden wie Aderlass, Moxibustion, Massage.

8. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?
Das hängt vom Stadium ab. Ist die Krankheit sehr ernst und in einem sehr chronischem Stadium, schafft man es vielleicht nicht, sie zu heilen.

9. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Ja, Augenoperationen. Bis heute gibt es sie. Es wird dabei keine Betäubung verwendet. In Indien wird sie nicht praktiziert, aber in Tibet. Auch solche Methoden, wie Wasser aus dem Herzen zu nehmen und Gehirnoperationen werden abgelehnt. Sie werden schon lange nicht mehr praktiziert.

10. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?

Ich sehe es an den Symptomen, sowie an Puls und Urin. Die Patienten müssen immer wieder kommen. Hat zum Beispiel jemand sehr starke Kopfschmerzen, bekommt er eine Goldene Nadel Behandlung. Er muss dann nach einer Woche wiederkommen, damit man sieht, ob die Kopfschmerzen wirklich weg sind. Danach muss er nach einem Monat nochmals zur Kontrolle kommen.

11. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Wenn es dem Patienten nicht besser geht, überweise ich zu Seniordoktoren. Wenn nötig, zum Beispiel bei Operationen und Tbc, überweise ich auch zu allopathischen Ärzten.

12. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden? Dharamsala

13. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke? Nein

Prävention:

14. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?

Das wichtigste sind Ernährungsregeln, wie zum Beispiel bei Diabetes. Aber auch körperliche Übungen sind wichtig.

Allgemein:

15. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Sie ist sehr fortgeschritten und für viele Krankheiten sehr gut. Aber sie hat viele Nebenwirkungen. Die Operationen bei Krebs im frühen Stadium sind zum Beispiel sehr gut.

16. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Wenn ich ein Problem habe, das mit tibetischer Medizin geheilt werden kann, nehme ich tibetische Medizin. Wenn ich ein Problem habe, das mit allopathischen Medizin geheilt werden kann, nehme ich diese.

17. Ich höre immer wieder tibetische Ärzte von Arthritis, Gastritis und anderen Begriffen aus der allopathischen Terminologie reden. Wie kommt es das sie auch diese Ausdrücke neben der tibetischen Krankheitsbezeichnung verwenden?

Da wir viel im Westen arbeiten und die Menschen dort ihre Begriffe hören wollen, müssen wir sie auch beherrschen. Wir müssen mit der tibetischen Terminologie und der allopathischen

arbeiten können. Zum Beispiel kann eine *Lung*-Störung in der allopathischen Terminologie eine Depression sein oder aber auch Schlaflosigkeit bedeutet.

22. Dr. Tsewang Tamdin

(Director of Pharmacy)

Interview zum Thema Pulsdiagnostik

Dharamsala, 17.2.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

Dr. Tamdin ist in Tibet geboren und arbeitet jetzt als Leibarzt des Dalai Lama in Dharamsala. Da er ein Experte auf dem Gebiet der Pulsdiagnostik ist, habe ich spezielle Frage dazu gestellt. Er hat im Moment keine eigene Praxis, so dass ich auch auf bestimmte Fragen verzichten konnte. Leider war die Akustik sehr schlecht und so konnten einige Passagen nicht übersetzt werden.

1. **Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?**
Ich habe von 1972 bis 1978 hier in Dharamsala studiert.

2. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Nach meiner Ausbildung bin ich zuerst in ein tibetisches Lager nach Südindien geschickt worden. Dort war ich von 1978 bis 1979. Danach kam ich wieder nach Dharamsala zurück, wo ich sehr unterschiedliche Aufgaben hatte. Manchmal habe ich in den tibetischen Lagern gearbeitet, manchmal mit Patienten, manchmal auch als Übersetzer, manchmal habe ich im Büro gearbeitet. In dieser Zeit hatten wir sehr viel zu tun und wenig Leute, die das Wissen über tibetische Medizin hatten, was die Sprache und auch die Fähigkeiten betrifft. Manchmal wurde zum Beispiel jemand gebraucht, der ein Horoskop übersetzt. Ich war also von 1979 bis 1983 in Dharamsala als Seniordoktor mit vielen unterschiedlichen Aufgaben betraut. Danach wurde ich auch in andere Zweigniederlassungen in Indien geschickt. 1984 bin ich dann nach Delhi gekommen. Bis zum Jahre 2000 bin ich dort geblieben. Das sind 17 Jahre. Es gibt in Delhi zwei tibetische Praxen. Eine ist im tibetischen Lager und die andere in Nizamuddin, wo ich gearbeitet habe. Dann wurde ich im Jahr 2000 als Direktor für Pharmakologie wieder zurück nach Dharamsala geschickt.

Krankheitsursachen:

3. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage die Hauptursachen?
Ich denke die hauptsächlichen Gründe sind Faktoren aus der Umwelt, der Stress und auch falsche Ernährung. Als ich in Delhi war, habe ich gesehen, dass die Menschen dort einen sehr schlechten Lebensstil haben. Sie leiden sehr unter Stress. Seit 1985 habe ich immer mehr Veränderungen gesehen, den Markt auf den Straßen und auch immer mehr Einflüsse aus der westlichen Kultur. Es ist in dieser Zeit sehr viel verloren gegangen, die Zeit zum Entspannen, das Leben in der Familie und Zeit für sich selbst. Das alles ist verloren gegangen. Viele Leute sind sehr rücksichtslos geworden. Das Problem ist die Zeit. Es ist einfach keine Zeit da, um kurz zu entspannen und an sich selbst zu denken. Aufgrund dieser Dinge entstehen viele Probleme. Das liegt an vielen Veränderungen in der Umwelt, an der wirtschaftli-

chen und auch der sozialen Situation. Man sieht auch oft eine Art geistigen Stress. Ich denke, dass der Stress eine der grundlegenden Ursachen ist, die Krankheiten verursachen.

Diagnostik und Therapie:

4. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Traditionell benutzen wir für die Diagnostik von Krankheiten drei verschiedene Methoden: Beobachtung, Berührung und Befragung. Auf welche Weise man sie anwendet hängt vom Arzt ab. Man kann sie auch mit allopathischen diagnostischen Methoden kombinieren. Dies bedeutet aber nicht, dass man nicht dazu fähig wäre, eine Krankheit über den Puls festzustellen. Es ist jeweils von der individuellen Situation des Patienten abhängig, was das Beste für ihn ist. Zum Beispiel möchten viele ihren genauen Blutdruckwert wissen, den wir über Pulsdiagnostik nicht feststellen können. Dann messen wir eben den Blutdruck.

5. Für uns Westler ist die Pulsdiagnostik eine der faszinierendsten Methoden der tibetischen Medizin. Es erscheint uns so unglaublich mit einer Berührung des Pulses die komplette Diagnostik machen zu können. Könnten Sie in ein paar Sätzen sagen wie diese Pulsdiagnostik genau funktioniert? Was hat man sich darunter vorzustellen?

In der tibetischen Medizin ist die Pulsdiagnostik ein sehr wichtiges Mittel, eine Krankheit zu diagnostizieren. Mit dieser Methode kann man viel über die Ursache der Krankheit herausfinden. Um die Pulsdiagnostik durchzuführen muss man einen sehr entspannten Geist haben, sehr konzentriert sein und auch sehr sanft. Sonst kann man die Tiefe des Pulses nicht fühlen. Außerdem sollten die Hände warm sein. Wenn sie sehr kalt sind, ist es auch schwierig etwas zu fühlen. Wenn man den Patienten sieht, sollte man auch nicht zu emotional sein. Man muss sich hundertprozentig auf die Finger konzentrieren. Das sind die Aspekte, die den Arzt betreffen. Was nun den Patienten angeht, so sollte er sehr entspannt sein. Er sollte vorher nicht in zu viele Aktivitäten verstrickt sein. Wie ich schon vorher erwähnt habe, leiden viele Patienten seit Jahren unter zu viel Stress. Man kann auch viele geistige Probleme eines Patienten am Puls erkennen. Bei der Pulsdiagnostik beobachten wir drei Dinge. Einmal, „wie“ er schlägt. Das hat nichts mit dem Schlag des Herzens zu tun. Durch den Puls kann man viele Dinge erkennen, zum Beispiel die Lebensspanne, die Krankheiten, den Personentyp. Man kann bis zu 700 unterschiedliche Pulse tasten. Zum Beispiel könnte man erkennen, ob jemand von zu Hause fortgeht oder nahe zu Hause ist oder nicht mehr kommt. Aber um diese Dinge festzustellen, braucht man sehr viel Erfahrung und muss sehr konzentriert sein. Es dauert sehr lange, bis man so weit kommt. Allerdings ist das für die heutige Zeit auch nicht mehr so relevant, da wir ja elektronischen Geräte haben. Manchmal funktionieren auch diese Maschinen, wie Blutdruckmessgerät oder Blutzuckermessgerät nicht, oder es gibt keinen Strom. Was soll man dann machen?

6. Wie lange braucht man, um so gut in der Pulsdiagnostik zu werden?

Das dauert mindestens zwanzig bis dreißig Jahre. Das ist das Minimum, um wirklich exzellent zu sein. Das hängt aber natürlich auch davon ab, wie viele Patienten man hat.

Es ist auch so, dass zwei verschiedene Patienten, obwohl sie die gleiche Krankheit haben, einen anderen Puls zeigen. Dementsprechend sind auch die Medikamente und Ernährungsratschläge unterschiedlich. Das ist sehr wichtig.

7. Ich habe auch gehört, dass es möglich ist, den Puls eines Patienten durch den der Verwandten festzustellen. Ist das wirklich möglich?

Ja, wenn der Patient zum Beispiel zu schwach ist, um zum Arzt zu gehen, dann kann der nächste Verwandte zum Arzt gehen und sich untersuchen lassen. **Wird das auch noch gemacht?** Ja natürlich, aber ich kann nicht sagen, wie viele Ärzte noch in der Lage dazu sind.

8. Wie viele unterschiedliche Pulsarten unterscheiden Sie?

Es gibt sehr viele, da jede Krankheit auch ihre verschiedenen Pulse haben kann. Es gibt allgemeine Pulse und spezielle Pulse. Es gibt allgemeine Pulse für heiße und kalte Krankheiten und spezielle Pulse für jede Krankheit, die es gibt. Dann gibt es noch den Puls für die Lebenserwartung und Pulse, um den Konstitutionstyp festzustellen. Zusammengefasst kann man sagen, man sieht an dem Puls Konstitution, Krankheit, Zukunft, Jahreszeit (manchmal gibt es Änderungen abhängig von der Jahreszeit) und den Todespuls (wie lange man noch überlebt).

9. Es gibt ja auch schon Maschinen, die angeblich die Pulse lesen können. Was halten Sie von solchen Erfindungen, die Pulsdiagnostik durch Maschinen zu ersetzen?

Ich denke nicht, dass die Pulsdiagnostik durch Maschinen so gut ist. In manchen Fälle vielleicht.....(unverständlich)

10. Wenn ich zu fünf verschiedenen Ärzten gehe, werden sie alle den gleichen Puls fühlen?

Ich denke, wenn sie zu fünf verschiedenen Ärzten gehen, werden manche vielleicht ausführlicher berichten und andere eher kürzer. Das hängt davon ab, was sie sagen möchten. Ich denke 75% werden gleich sein und 25% abweichen. Denn alles hängt auch von der geistigen Lage der Ärzte ab zu genau diesem Zeitpunkt der Diagnosestellung. Ich denke, es wird nicht so viele Unterschiede geben. Es hängt davon ab, wie viel der Arzt fähig ist zu fühlen, und ob er es ausführlich oder kurz prüft. Aber die Diagnose wird nicht sehr anders sein.

11. Wie heilen Sie Krankheiten?

In der tibetischen Medizin gibt es sehr viele verschiedene Methoden, wie man Krankheiten behandeln kann. Wir benutzen meistens Medikamente. Daneben ist vor allem die Ernährung und der Lebensstil wichtig. Diese drei Methoden benutzen wir zusammen und haben zusätzlich noch eine Menge externer Therapiemethoden. Sie sind sehr wirksam, wenn man sie anwendet. Ich rede von Methoden wie Moxibustion, Goldene Nadel, Goldener Hammer,

Massage, Hydrotherapie usw. Unter anderem gibt es noch die medizinischen Bäder. Das sind alles sehr wirksame Methoden, aber nicht für alle Patienten. Das ist von der Art der Krankheit und vom Typ des Patienten abhängig. Man verwendet diese Methoden Schritt für Schritt, je nachdem, was das Beste für den Patienten ist.

12. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Viele Leiden können geheilt werden, aber es gibt auch Leiden, die einen sehr *karmischen* Ursprung haben. Es gibt zum Beispiel Leute, die an einer harmlosen Krankheit leiden und trotzdem daran sterben müssen. Das liegt nicht daran, dass die Behandlung nicht gut ist. Manchmal sterben Leute an einer Erkältung oder an einem kleinen Unfall. Andere sterben an einem harmlosen Durchfall. Man weiß nie, welches *Karma* man hat. Überwiegend ist die tibetische Medizin bei allen Krankheiten sehr effektiv. In welchem Maß man die Krankheit heilen kann, hängt nicht nur von der Medizin ab, sondern auch inwieweit der Patient dazu fähig ist, sein Leben fortzusetzen.

Aus meiner Erfahrung kann ich sagen, dass wir auch gegen Krankheiten wie Aids, Diabetes oder Viruserkrankungen Medizin haben. Wir können diese Krankheiten heilen. In Indien gibt es viele Leute, die seit Jahren mit Colitis Probleme haben. Sie probieren alle Arten von Therapien aus. Ganz zum Schluss kommen sie zum tibetischen Arzt. Nachdem sie für neun Monate oder ein Jahr unsere Medizin genommen haben, sind sie vollständig geheilt. Dann sind sie sehr froh. Auch in den Fällen, in denen die Krankheit nicht vollständig geheilt werden konnte, hat sich ihr Leben sehr zum positiven geändert. Deshalb sage ich, prinzipiell können wir alle Krankheiten heilen, aber es hängt eben auch vom *Karma* des Patienten ab. In der allopathischen Medizin heißt es zum Beispiel, dass man Arthritis und andere Krankheiten nicht heilen kann. Der Grund ist, dass man die Ursache der Krankheit nicht kennt. Bei bakteriellen Krankheiten dagegen gibt man Medizin gegen die Bakterien und kann sie heilen. Die Ursache ist bekannt.

13. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Ich lehne nichts ab. Die externen Therapiemethoden werden nicht mehr so oft angewendet. Aber sie werden nicht abgelehnt....Moxibustion ist zum Beispiel sehr gut gegen Arthritis und Knochenbrüche, Dislokationen oder Knochendeformationen.

23. Dr. Namgyal Qusar

Externe Therapiemethoden und Geisteskrankheiten

Neu Delhi, 20.2.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

Das Interview fand in einem Hotelzimmer in Neu Delhi statt. Dr. Qusar hat lange Zeit für das Men-Tsee-Khang in Dharamsala gearbeitet und sich schließlich selbstständig gemacht. Er hat eine Praxis in Dharamsala und eine in Neu Delhi. In Dharamsala arbeiten drei Ärzte in seiner Praxis: er, sein Freund und sein Neffe. In Dharamsala hat er einen Arzt angestellt. Dr. Qusar ist in Tibet geboren, hat das Land aber schon sehr früh verlassen.

1. **Wie sind Sie zum Beruf des Arztes gekommen? Wo haben Sie gelernt?**
Ich habe in Dharamsala gelernt.
2. Arbeiten Sie nur mit tibetischer Medizin oder benutzen Sie noch andere Heilsysteme? Welche?
Hauptsächlich arbeite ich mit tibetischer Medizin. Manchmal benutze ich auch die Akupunktur.
3. Wo sind Sie als Arzt tätig? Nur hier oder auch im Ausland?
Zuerst habe ich viele Jahre lang im Men-Tsee-Khang gearbeitet. Ich bin viel ins Ausland gereist und reise auch immer noch durch die ganze Welt.
4. Wer bezahlt Sie? Ich arbeite selbstständig.
5. Wie viele Patienten betreuen Sie pro Tag?
In Dharamsala habe ich ungefähr 12-15 Patienten. In Delhi sind es vielleicht 8-10. Aber diese Praxis habe ich auch erst neu gestartet.
6. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu Ihnen?
Das ist von verschiedenen Faktoren abhängig, aber normalerweise verschreibe ich die Tabletten für eine Woche.

Krankheitsursachen:
7. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage die Hauptursachen?
Die Patienten, die ich betreue haben meistens chronische Krankheiten. Die meisten Patienten in Dharamsala sind sehr arm, und deshalb entstehen ihre Krankheiten durch falsche Ernährung und einen falschen Lebensstils. Sie müssen sehr hart arbeiten und haben oft Arthritis, Magenbeschwerden und niedrigen Blutdruck.

Einteilung von Krankheiten:
8. Welche Krankheiten kommen am häufigsten in Ihrer Praxis oder in Ihrem Gebiet vor? (Frage 7)

Diagnostik und Therapie:
9. Wie erkennen Sie eine Krankheit?

Hauptsächlich mit tibetischen Methoden wie Pulsdiagnostik, Urindiagnostik, Befragung und manchmal auch mit einfachen Methoden der allopathischen Medizin. Wenn jemand zum Beispiel Fieber hat, benutze ich auch ein Thermometer.

10. Wie heilen Sie Krankheiten?

Mit tibetische Methoden wie unseren Pillen, außerdem mit externen Verfahren wie Moxibustion, Schröpfen, Goldene Nadel, Goldener Hammer, Akupunktur, Massagen und auch spirituelle Therapien.

11. Diese externen Therapiemethoden sehen für uns Westler immer ein bisschen primitiv und altmodisch aus. Können Sie erklären wie diese Verfahren funktionieren?

Meiner Meinung nach sind diese Methoden sehr effektiv. Nehmen wir zum Beispiel das Schröpfen. Natürlich sieht es sehr primitiv aus, aber es wirkt sehr gut. Es löst Spannungen im Körper, wenn man die richtigen Punkte trifft. Wenn die Muskeln sehr angespannt sind, können sie dadurch entspannt werden. Ich hatte eine Patientin, die seit zehn Tagen sehr starke Schmerzen hatte. Sie war fast am Sterben. Mit dieser Methode des Schröpfens konnte ich die Blockaden lösen, unter denen sie litt, so dass sie völlig geheilt wurde. Das war wirklich phantastisch! Sie wäre fast gestorben. Mit Schröpfen kann man die ganze schlechte Energie im Körper lösen. Schröpfen ist sehr effektiv.

Bei Moxa haben wir bestimmte Punkte, die sehr wichtig sind. Diese Punkte stehen mit bestimmten Organen und Bewegungen der Energie des Körpers in Verbindung. Wenn wir Moxibustion auf diesen Punkten durchführen, werden die *Meridiane* stimuliert und diese Kanäle geöffnet. Moxibustion wird oft bei chronischen Krankheiten, bei denen es viel Stagnation gibt, durchgeführt, beispielsweise bei einem sehr schwachen Metabolismus.

12. Gibt es Beschwerden, die Sie nicht heilen können? Warum?

Ich sehe die tibetische Medizin als eine ergänzende Medizin. In der gleichen Weise sind auch die anderen Systeme ergänzende Medizinsysteme. All diese verschiedenen Methoden wie allopathische Medizin, Ayurveda und tibetische Medizin werden von den Menschen aus unterschiedlichen Gründen benutzt. Wenn die tibetische Medizin nicht mehr hilft, hilft vielleicht die allopathische Medizin oder die Homöopathie. Die Schwäche an der tibetischen Medizin ist, dass es für Patienten mit sehr starken Schmerzen kein Mittel gibt, um die Schmerzen schnell und effektiv zu bekämpfen. Auch bei schweren Infektionen ist die tibetische Medizin nicht stark genug. In diesen Fällen braucht man eine ergänzende allopathische Behandlung.

13. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnen Sie ab?

Ich denke, dass alle Methoden der Diagnostik und Therapie in der tibetischen Medizin sehr gut sind, wenn der Arzt sie beherrscht. Die tibetische Medizin ist eine Kombination von Kunst, Wissenschaft und Philosophie. Wenn ein tibetischer Arzt ein Philosoph und ein Künst-

ler ist und seine naturwissenschaftliche Kenntnisse anwendet, dann denke ich, ist er sehr gut.

14. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?

Aus meiner Erfahrung kann ich sagen, dass man den Erfolg gut an dem erkennen kann, was der Patient sagt. Ich habe zum Beispiel sehr guten Erfolg mit epigastrischen Beschwerden, wie zum Beispiel Sodbrennen oder Verdauungsprobleme. Wenn jemand Gleichgewichtsstörungen hat und diese nach meiner Behandlung verschwinden, dann ist der Erfolg eindeutig. Das ist nicht nur bei einem oder zwei Patienten der Fall, sondern bei allen, die ich behandelt habe. Ich benutze oft sehr einfache Medikamente. Das ist die eine Methode, wie ich den Erfolg kontrolliere. Aber natürlich kontrolliere ich auch durch Puls und Urin, durch Beobachtung des Patienten und anderen diagnostischen Methoden. Wenn Patienten chronische Krankheiten haben, wie zum Beispiel Diabetes, Arthritis oder Blutdruckprobleme, benutzen wir manchmal auch allopathische Methoden, wie zum Beispiel Blut- oder Urinproben, Röntgen oder CT. Ich denke, dass es sehr wichtig ist, auch diese Methoden zu nutzen.

15. Überweisen Sie zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?

Ja, meistens überweise ich zu allopathischen Ärzten. Oft wegen den diagnostischen Möglichkeiten wie Labor, CT, MR usw.

16. Mit wie vielen verschiedenen Pillen arbeiten Sie?

Das ist ein Grund, warum ich meine eigene Praxis habe, um in dieser Hinsicht frei zu sein. Im Moment habe ich 140 verschiedene Pillen. Aber oft benutze ich auch neue Kräuterkombinationen für bestimmte Patienten. Meine Möglichkeiten sind unbegrenzt!

17. Woher beziehen Sie die Medizin, die Sie verwenden?

Ich mache sie selbst. Wenn jemand ein bestimmtes Gegenmittel braucht, mische ich auch neue Kombinationen. **Verwenden sie nur Pillen?** Nein, auch Pulver und Tees usw.

18. Verschreiben Sie auch Medikamente aus der Apotheke? Nein, das mache ich nicht.

Geisteskrankheiten:

19. Wie werden in der tibetischen Medizin Geisteskrankheiten eingeteilt. Gibt es überhaupt die Kategorie der Geisteskrankheiten?

Die Erklärungen der tibetischen Medizin zu Geisteskrankheiten sind sehr tiefgreifend und komplex. Wir haben sehr viele verschiedene Namen für unterschiedliche Geisteskrankheiten. Aber die Hauptursache von Geisteskrankheiten, ob sie nun leicht oder schwer sind, ist ein Ungleichgewicht der Energien im Körper. Sie entstehen aufgrund der Geistesgifte, das heißt, wenn Leute sehr viel Anhaftung, Hass, Zorn oder Eifersucht haben. Wenn man zum Beispiel sehr materialistisch ist, also sehr an den materiellen Dingen haftet, dann wird man krank und depressiv und hasst denjenigen, der dies besitzt. Das ist die Wurzelursache aller Geisteskrankheiten. Danach wird die Sache immer komplexer. Es können Krankheiten auch durch Faktoren aus der Umwelt entstehen.

20. Wie behandeln Sie solche Geisteskrankheiten?

Natürlich habe ich sehr viele Patienten, deren Krankheiten hauptsächlich geistig begründet sind, auch wenn es um keine Geisteskrankheit im eigentlichen Sinne handelt. Ich gebe ihnen oft Ratschläge, die auf spirituellen buddhistischen Grundlagen basieren, und wie sie mit den Problemen umgehen können. Denn ich kann ja nicht die Probleme für sie lösen. Das lernen sie selber zu machen. Da müssen sie selber daran arbeiten. Ich denke, mehr als 50% der Patienten könnten ihre Krankheiten heilen, wenn sie selbst an sich arbeiten würden. Dabei brauchen sie gute Ratschläge von Experten. Wir versuchen dies so gut wie möglich zu tun. **Bei uns in der allopathischen Medizin gibt es viele Geisteskrankheiten, die als nicht heilbar gelten. Wie ist das in der tibetischen Medizin?** Schizophrenie ist zum Beispiel eine Krankheit, die sehr schwer zu heilen ist, da dies eine Krankheit ist, die man nicht einfach nur mit Ratschlägen heilen kann. Bei diesen Patienten muss man auch viele Medikamente geben. Man kann sie nicht behandeln und dann gleich auf Wiedersehen sagen. Sie brauchen eine sehr langfristige und kontinuierliche Behandlung. **Dann machen Sie auch Rituale für diese Patienten?** Ja, Rituale sind sehr wichtig, ganz besonders bei Geisteskrankheiten. Man rät ihnen oft, zu einem *Lama* zu gehen, der ganz spezielle Rituale macht. Das dient dazu, die ganze Energie um den Patienten zu harmonisieren.

Prävention:

21. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Geben Sie Ratschläge und Mittel? Welche?

Ja, natürlich! Wenn jemand zu uns kommt, der eigentlich gesund ist, aber auf seinen Körper achten möchte, dann geben wir Ratschläge. Hauptsächlich für die Ernährung, was ein sehr wichtiger Punkt ist, dann zum Lebensstil, was für den einzelnen gut ist und was nicht. Es gibt auch noch die spirituellen Ratschläge, wenn sie jemand haben möchte.

Allgemein:

22. Was halten Sie von unserer allopathischen Medizin?

Die allopathische Medizin ist sehr fortgeschritten, mit viel Wissen, das wir von ihr bekommen! Die ganze Wissenschaft der allopathischen Medizin ist sehr gut. Aber die Herangehensweise an den Patienten, dass man oft nur ein Organ oder eine Krankheit betrachtet, ist nicht so gut. Zum Beispiel Krankenhaus (hospital) bedeutet übersetzt „gastfreundlich“. Wenn ein Krankenhaus diesen Zweck erfüllt, und der Patient sich wohlfühlt, ist es sehr gut. Wenn der Patient dort eher nervös und noch kränker wird, dann ist das sehr schlecht! Was wir brauchen ist Fürsorge, und diese muss von Anfang an da sein! Nur gute Wissenschaft und eine gute Organisation ist nichts wert, wenn die Fürsorge fehlt. Es sollte sich also bei der allopathischen Medizin um gute Medizin und diese „Gastfreundschaft“ handeln. Dann ist sie sehr gut.

23. Was denken Sie über die Zukunft der tibetischen Medizin? Wie wird sie sich hier in Indien weiterentwickeln und was wird mit ihr im Westen geschehen, wo sie bis jetzt noch nicht so bekannt ist?

Ich denke, dass die Zukunft der tibetischen Medizin offen ist. Wir haben eine Zukunft, daran besteht kein Zweifel. Aber es ist uns auch nicht so wichtig, dass die tibetische Medizin so bekannt und verbreitet wird, wie zum Beispiel die allopathische Medizin. Das ist nicht das Ziel eines tibetischen Arztes. Sehr wichtig ist, dass der Zugang zur tibetischen Medizin immer vorhanden ist. Solange es Leiden und Krankheiten gibt, ist es wichtig zu ermöglichen, tibetische Medizin zu verwenden. Was sich verändert und immer stärker sich verringert ist das Angebot an Pflanzen, die für die tibetische Medizin benötigt werden. Dieses begrenzte Angebot an Pflanzen, ist das hauptsächliche Problem in Indien. Ich glaube, im Westen sind die Menschen sehr offen für die tibetische Medizin. Ein Problem sehe ich im bürokratischen System, das heißt eine Erlaubnis zu bekommen, die tibetische Medizin zu praktizieren bzw. die Produkte zu verschreiben. Deshalb denke ich, dass das Wachstum der tibetischen Medizin im Westen sehr langsam sein wird, bis es Forschungen über die Medikamente gibt. In Indien sind wir sehr frei. Wir können alles tun und erhalten auch eine gute Resonanz von den Menschen dort.

24. Zu wem würden sie gehen oder was würden Sie tun, wenn Sie selbst krank sind?

Das ist eine sehr wichtige Frage. Zuerst versuche ich herauszufinden, warum ich krank bin und versuche dies zu ändern. Meistens liegt es daran, dass ich zu viel arbeite. Ich versuche zwar zu entspannen, aber es gibt einfach zu viel zu tun. Dann versuche ich positiv zu denken. Auch wenn etwas passiert, das nicht positiv ist, versuche ich es positiv zu sehen. Das hilft! Außerdem achte ich auf die Ernährung. Ich nehme nicht sofort Pillen. Erst wenn alles andere nicht hilft, nehme ich tibetische Pillen. Dann gehe ich auch zu einem Freund von mir, von dem ich weiß, dass er ein guter Arzt ist. Ich lasse mir von ihm Medizin geben. Erst wenn das alles nicht hilft, gehe ich zu einem allopathischen Arzt.

24. Jigme Tsarong

(Ehemaliger Direktor vom Men-Tsee-Khang in Dharamsala)

Kalimpong, 23.2.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

Leider konnte der größte Teil des Interviews nicht übersetzt werden, da die Batterie zu Ende ging und auch davor schon viele Passagen unverständlich wurden.

1. **Könnten Sie etwas über ihre Kariere erzählen? Wie ich gehört habe, sind sie kein tibetischer Arzt, waren aber dennoch jahrelang Direktor des Men-Tsee-Khang in Dharamsala. Wie ist es dazu gekommen?**

Ich bin in Lhasa geboren und später zum Studium nach Amerika gegangen. Dort kamen Leute auf mich zu, die ein Chakpori Institut gründen wollten. Ich dachte, dass dies etwas wertvolles sei, und es sich lohnen würde, die tibetische Kultur zu erhalten. Dies hat für mich eine große Bedeutung. So habe ich meine Hilfe angeboten. Das Chakpori Institut in Tibet wurde von den Chinesen zerstört. Leider ließ sich die Idee, ein neues Chakpori Institut zu gründen nicht umsetzen. Der Grund lag vor allem an finanziellen Problemen. Ich habe damals in Amerika an der Wallstreet gearbeitet. Man muss hart arbeiten, um dort zu überleben! Ich habe diese Arbeit gehasst und wollte wieder zurück nach Dharamsala, um dort zu helfen. So kam ich wieder nach Dharamsala zurück. Dort haben sie jemanden gesucht, der das medizinische Institut leitet. Zu dieser Zeit war es ein Problemzentrum. Damals gab es dort viele Schwierigkeiten. Es war 1960 gegründet worden. Zuerst war es ein SOS Kinderdorf. Der Direktor dieses Kinderdorfes hat mich gefragt, ob ich helfen könnte, das Institut zu leiten. Ich sagte, gut, wenn ihr meine Hilfe braucht, dann werde ich auch helfen. Tatsächlich war es also so, dass ich meinen ersten Kontakt mit tibetischer Medizin in Amerika hatte. Ich wusste zu dieser Zeit fast nichts über die tibetische Medizin. Dann bin ich also in das medizinische Institut nach Mcleod Ganj gegangen und habe es mir angesehen, nur um ein Gefühl für den Ort zu bekommen. Was ich dort vorgefunden habe, war eine riesige Goldmine mit alten Thangkas, Manuskripten und vielem mehr. Ich habe mich nur gefragt, was habt ihr Jungs die letzten 40 Jahre hier nur gemacht? So ein kostbarer Ort, aber sie haben kein Geld...

Ich sagte ihnen, was wir am meisten brauchen ist Kapital! Ohne Kapital kann man nichts aufbauen. Es ist sehr wichtig, dass wir unseren Lebensunterhalt eigenständig erwirtschaften können und nicht betteln müssen. Dann habe ich angefangen, die Medizin zu verbessern und verschiedene Produkte herzustellen, wie z. B. Massageöl. Auch die Horoskope waren meine Idee. Die Leute sind sehr an der Astrologie interessiert, also machen wir Horoskope! So haben wir angefangen. Wir hatten zu dieser Zeit nur ganz wenig Land. Ich ging zum Dalai Lama und fragte ihn, ob wir Kapital bekommen könnten, um Land zu kaufen. Das Geld wollten wir dann später wieder zurückzahlen. Er lehnte aber ab. Daraufhin haben wir die deutsche Organisation Miserior gefragt, die ebenfalls ablehnte. Mir war wichtig eine Pharmazie

zu gründen, weil das eine gute Geldquelle ist. Dann habe ich die Banken gefragt, warum sie uns nicht einen Kredit geben, damit wir die Pharmazie aufbauen können, die das Zentrum unterhalten wird. So stellen wir die Pillen her, die wir verkaufen. Damit zahlen wir die Schulden zurück. Da stimmten sie zu. Dann habe ich diese Pharmazie mit modernen Maschinen gebaut. Die Produktion ist sehr groß. Ich habe viele Kräuter für das Zentrum gesammelt. Ich dachte, wenn ich so ein Zentrum leite, sollte ich auch etwas über die Medizin wissen. So fing ich an zu lernen....Ich habe viele Ärzte dazu gebracht hierher zu kommen, um etwas für ihre Tradition zu tun....(Unterbrechung da Batterie leer wurde)

Dann habe ich auch die klinische Forschung gestartet....

2. Ich habe auf meiner Reise beobachtet, dass sehr viel Medizin kostenlos gegeben wird, wenn die Leute sehr arm sind oder auch zum halben Preis verkauft wird, zum Beispiel bei Nonnen und Mönchen. Wie kann ein Institut überhaupt überleben, wenn es so viel verschenkt?

Es bekommt auch sehr viele Spenden! Außerdem bekommt es viel Geld aus dem Verkauf dieser neuen Produkte (Massageöl, Beauty Cream, usw. A. d. Ü.)....

(Der Rest des Interviews wurde leider nicht mehr aufgezeichnet.)

25. Anna Bach

(Deutsche Studentin der tibetischen Medizin in Nepal)

Kathmandu, 30.3.2003, ohne Übersetzer, mit Diktiergerät

1. Wie bist du zum Beruf des tibetischen Arztes gekommen? Wo hast du gelernt?
Ich habe vor ca. sieben Jahren eine Ausbildung als Heilpraktikerin gemacht und dann die Prüfungen bestanden. **Und was die tibetische Medizin betrifft?** Das habe ich gleich im Anschluss daran angefangen zu studieren. Jetzt bin ich im 6. Jahr. Ich lerne privat in der Kunphen Tibetan Medical Clinic.

2. Wie bist du darauf gekommen tibetische Medizin zu studieren?
Bei mir ist das eng mit dem Buddhismus verbunden. Ich praktiziere tibetischen Buddhismus. Die tibetische Medizin und der Buddhismus sind untrennbar miteinander verbunden. Das ist eine Einheit. Die Belehrungen wurden von Buddha Shakyamuni gegeben, als eine Ausstrahlung des *Medizinbuddha*. Vor über 2500 Jahren hat er an bestimmten Stellen in Indien verschiedene Belehrungen gegeben. Das sind die Quellen der tibetischen Medizin.

3. Wo wendest du momentan die tibetische Medizin an?
Ich wende sie bei Freunden in Deutschland an. Ich praktiziere somit auch schon nebenbei bei Freunden, aber ich habe keine Praxis.

4. Reist du auch manchmal in andere Länder, um tibetische Medizin dort anzuwenden?
In Dänemark gebe ich ab und zu *Medizinbuddha* Zurückziehungen. Es wird dabei hauptsächlich meditiert und auch eine bestimmte Ernährung zu dieser Zeit eingehalten.

5. Verwendest du nur tibetische Medizin oder auch andere Systeme, zum Beispiel aus deiner Heilpraktikerausbildung?
Um die Sachen zu verbinden ist es schon gut eine westliche Grundlage zu haben. Wenn zum Beispiel jemand kommt und sagt, ich habe chronisches Asthma, muss ich schon wissen, was chronisches Asthma ist. Das ist schon sehr wichtig. Bei der Therapie verwende ich nur die tibetische Medizin. Wenn ich denke, es wäre etwas anderes besser, dann sage ich ihm, er soll lieber da oder dorthin gehen und ergänze noch zum Beispiel mit Massage oder Akupunktur. Es geht ja schließlich darum, dass die Menschen wieder gesund werden!

6. **Wer bezahlt dich?**
Niemand. Das ist mein Privatvergnügen. Bei Freunden musste ich mir erst angewöhnen, dass ich etwas verlange. Meine Telefonrechnung ist sehr hoch geworden, und auch sonstige Kosten.

7. Wie viele Patienten hast du durchschnittlich?
Da ich so selten in Deutschland bin, häuft sich das natürlich. Dann habe ich in einer Woche oft einige Freunde. Ich nehme mir immer sehr viel Zeit. Wenn ich jemanden zum ersten Mal

sehe, oft eine Stunde. Dementsprechend habe ich dann auch eine gewisse Anzahl an Patienten. Anstatt Quantität lieber Qualität! Es können dann in der Woche schon mal 20 Patienten werden.

8. Wie oft kommt ein Patient durchschnittlich zu dir?

Ich lasse ihn nicht so oft kommen. Beim ersten Mal sehe ich ihn oft nach zwei bis drei Monaten wieder. Das sind meistens Freunde, die chronische Krankheiten haben. Wenn jemand aus der Nähe kommt, zum Beispiel wegen einer Erkältung, dann sehe ich ihn schon nach zwei Wochen wieder. Das hängt von der Krankheit ab.

Krankheitsursachen:

9. Wie wird ein Mensch krank? Was sind heutzutage hier in Indien und Nepal die Hauptursachen von Krankheiten?

Hier ist es das schlechte Wasser. Die Menschen verhalten sich sehr unrein, benutzen z.B. die Natur als Toilette. Außerdem ist die Qualität der Nahrung mangelhaft, was durch die Armut sehr verstärkt wird. Das heißt, dass sich Menschen mit sehr wenig Geld nur diese ungesunde Nahrung kaufen können. Auch das Verhalten ist eine Ursache. Es kommt darauf an, was man für eine geistige Grundeinstellung hat, ob man zum Beispiel ein zorniger Mensch oder ein trauriger Mensch ist. Das hat auch Auswirkungen auf den Geist und auch auf den Körper. Hier sind die Menschen vor allem zornig. Sie können hier sehr schnell explodieren.

Einteilung von Krankheiten:

10. Welche Krankheiten kommen am häufigsten hier in Nepal vor?

Starke Verdauungsprobleme, was auf eine Leberschwäche zurückzuführen ist, da hier viele eine Hepatitis durchgemacht haben, sei es A, B, oder C. Speziell in Nepal haben viele Männer Alkoholprobleme, weil sie keine Arbeit haben. Die Leber wird geschädigt. Dann Tuberkulose und schwere Hauterkrankungen. Die Tibeter sagen dazu *Chu ser näd*[14], also gelbes Wasser. Das ist eine Krankheit, die vor allem in der Regenzeit ausbricht. Es bilden sich gelbe Furunkel. Sie sehen wie große Pickel aus, denen eine gelbe Flüssigkeit entweicht. Auch in der Regenzeit haben die Menschen hier viel mit Tumoren zu tun, also richtig große Abszesse. Viel Eiter kommt aus dem Körper. Ansonsten gibt es hier Malaria, Amöbenruhr und eine ganze Reihe tropischer Krankheiten. Die Tibeter haben viele Virusinfekte, also Husten, hohes Fieber und Kopfschmerzen, die schon ein bisschen in die Richtung Meningitis gehen. Die ganz heftigen Krankheiten findet man hier. Bei den reicheren Leuten erkennt man vor allem Diabetes, Fettsucht und hoher Blutdruck, wie in Deutschland auch.

[14] Tibetisch: gelbes Wasser, Lymphe.

Diagnostik und Therapie:

11. Welche diagnostischen Methoden der tibetischen Medizin wendest du an?

Pulsdiagnostik, aber auch Zungendiagnostik und Urindiagnostik. Natürlich Fragen und den Körper betrachten, also das Erscheinungsbild des Patienten.

12. Welche Therapiemethoden wendest du an?

Ich gebe Ernährungsratschläge. Wenn Freunde kommen, meistens buddhistische Freunde, rät man zu Meditationen oder zu ihrem Lama zu gehen. Ich würde zwar dieses oder jenes raten, aber der Patient soll das mit ihm absprechen. Was auch sehr wichtig ist, ist das Verhalten. Das Verhalten mit dem Geist, das sich oft auf den ganzen Körper durchschlägt. Moxa usw. mache ich nicht. Die Leute in Deutschland haben zu viel Angst davor. Tibetische Massagen setzte ich auch noch nicht ein. Sie dauern zu lange.

13. Gibt es Beschwerden, die du nicht heilen kannst? Warum?

Das sind dann *karmische* Krankheiten, die durch Taten aus dem frühren Leben gelegt wurden: meistens Krebs oder Aids Erkrankungen. Also alles was unter unheilbar eingestuft wird. Da kann man dann durch Meditationen oder durch den Segen vom *Lama* die Lebensspanne verlängern. Aber sonst kann man für dieses Leben nichts mehr machen, aber für das nächste Leben vorsorgen, indem sie viel meditieren, damit sie wieder einen kostbaren Menschenkörper bekommen.

14. Welche diagnostischen Verfahren und Therapiemethoden der tibetischen Medizin lehnst u ab?

Von der Diagnostik nichts. Was bei uns im Westen ein bisschen schlecht ist, sind Abführmittel, die wirken zwar sehr gut, sind aber sehr drastisch. Zum Beispiel, um Schleim zu reinigen, gibt es ein Brechmittel, das würden die Menschen im Westen nicht mitmachen. Das ist denen zu heftig. Die Tibeter sind da härter im Nehmen.

15. Wird der Heilerfolg überhaupt kontrolliert? Wenn ja, wie?

Indem ich die Leute wieder sehe, anhand der Pulsdiagnostik und über das Feedback, das sie mir geben, habe ich die Kontrolle, dass sie sich besser fühlen und dass die Symptome weniger geworden sind, bestenfalls verschwunden sind.

16. **Überweist du zu anderen Ärzten? Falls ja, zu welchen? Warum?**

Ja, wenn Blutdiagnosen oder Röntgenaufnahmen anstehen. Dann geht es darum, irgendwelche Ursachen zu klären. Auch sonst, wenn ich denke, jemand ist dort gut aufgehoben, dann schicke ich Patienten manchmal zu Freunden, von denen ich weiß, dass sie gute Medizin machen.

Prävention:

17. Wie können sich Menschen vor Krankheiten schützen? Gibst du Ratschläge und Mittel? Welche?

Ja. Es heißt, man sollte ein „normales“ Leben führen, normal schlafen, normal essen, normal arbeiten, normal denken und normal sprechen. Mit Körper, Rede und Geist normal umgehen und bestenfalls natürlich meditieren. Wenn man Buddhist ist, ist dies das Beste, was du machen kannst. Wenn jemand kein Buddhist ist, dann rate ich zu anderen Methoden wie zum Beispiel Autogenes Training, Tai Chi und Yoga, also alles, was den Geist ein bisschen stabilisiert. Von der Ernährung her, nicht viel essen! Im Westen kann man sagen, was man nicht isst, ist das Gesündeste. Bei uns wird zu viel gegessen. Zucker weglassen und dafür mehr mit Honig süßen! Wenn man viel sitzt, sollte man Bewegungen durchführen, zum Beispiel Verbeugungen. Das ist das Beste, um den Körper fit zu halten. Ansonsten sollten die Speisen gute Qualität haben. Das ist in Asien schon ein sehr großes Problem.

Allgemein:

18. Was hältst du von unserer allopathischen Medizin?

Meine Einstellung ist ganz normal. Sie ist sehr, sehr wichtig, speziell alles, was mit Notfällen zu tun hat, Knochenbrüche, Verletzungen, Wundversorgungen. Besonders wenn es lebensgefährlich wird, hat die tibetische Medizin nicht so viel zu bieten. Wenn eine Krankheit schon stark ausgebrochen ist, ist es sehr gut, mit Antibiotika zu arbeiten. Da kann man ja mit tibetischer Medizin die Nebenwirkungen gut ausgleichen und mit den Antibiotika die Information aus dem Körper ausleiten.

19. Zu wem würdest du gehen oder was würdest du tun, wenn du selbst krank wirst?

Ich meditiere, nehme tibetische Medizin und versuche dann in dieser Zeit mich wirklich gut zu ernähren. Falls ich Ernährungsfehler gemacht habe, bin ich dann ganz streng.

Anhang 9: Definitionen

Amchi: Arzt der traditioneller tibetischen Medizin

Begen (tib. Schleim): eines der drei Körperenergien Wind, Galle und Schleim.

Bodhisattva (skt./tib.: Djangtschub Sempa): jemand, der Erleuchtung zum Besten aller Wesen anstrebt. Ein Bodhisattva ist einerseits jemand, der Leerheit verstanden und Mitgefühl entwickelt hat, andererseits wird der Begriff auf alle angewendet, die das Bodhsattva-Versprechen (zum Besten aller Wesen Erleuchtung zu verwirklichen) gegeben haben. (Nydahl 2004)

Dharma (skt./tib.: Tschö): die buddhistische Lehre.

Erleuchtung = **Buddha** (tib. Sangye): Der Name bezeichnet den erleuchteten Geisteszustand. Buddha bedeutet „der Erwachte". *Sang* bedeutet „vollkommen gereinigt" von allen Schleiern, die die Klarheit des Geistes verdunkeln. *Gye* bedeutet „vollkommene Entfaltung" aller Qualitäten des Geistes. Zu diesen gehören Furchtlosigkeit, unendliche Freude, grenzenloses Mitgefühl, Weisheit und Tatkraft zum Wohle der Wesen. Der Buddha unserer Zeit ist der historische Buddha Shakyamuni, der vierte von insgesamt 1000 historischen Buddhas dieses Zeitalter. Jeder historische Buddha leitet eine neue Dharma-Periode ein. (Nydahl 2004)

Gyüshi: (vier Tantras) Wichtigstes Lehrbuch der tibetischen Medizin. Siehe Einleitung.

Inkulturation: bezeichnet das (sanfte) Eindringen einer Kultur in eine andere. Der Begriff wird in unterschiedlichen Bereichen etwa seit Mitte der 1960er Jahre verwendet. (http://de.wikipedia.org/wiki/Inkulturation)

Karma (skt./tib.: Lä; wörtl.: „Handlung"): das Gesetz von Ursache und Wirkung, nach dem wir die Welt entsprechend den im Geist gespeicherten Eindrücken erleben, die wir mit Handlungen von Körper, Rede und Geist erschaffen. Das bedeutet, dass wir mit unseren Handlungen hier und jetzt unsere eigene Zukunft bestimmen. (Nydahl 2004)

Lama (tib., wörtl.:"das Höchste" oder "das, worüber es nichts Höheres gibt", nach tibetisch-volkstümlicher Etymologie auch "höchste Mutter"): Buddhistischer Lehrer. Er ist im Diamantweg besonders wichtig. Ohne ihn gibt es keine Zugang zu den tiefsten Belehrungen. Beim Guru-Yoga, der Meditation auf ihn, erhält man seinen Segen. Durch den Segen erlebt man für Momente die wahre Natur des Geistes, der Lama spiegelt dem Schüler die Erleuchtung. (Nydahl 2004)

Lung (tib. Wind): eines der drei Körperenergien Wind, Galle und Schleim.

Mantra (skt./tib.: Ngag): natürliche Schwingung einer Buddhaform. Aktiviert das Kraftfeld eines Buddhas. Viele Diamantwegs-Meditationen enthalten einen Abschnitt, in dem Mantras gesprochen werden. (Nydahl 2004)

Medizinbuddha (tib.: Sangye Menla, skt.: Baisjaya Guru): Er repräsentiert den heilenden Aspekt des historischen Buddha Shakyamuni. Dabei befreit er nicht nur von körperlichen Leiden, sondern von allen Leidensarten der bedingten Welt.

Meridiane: Längs verlaufende Energieflusslinien im Körper. Über auf den Meridianen verlaufende Akupunkturpunkte lassen sich laut chinesischer Medizin die Organe ansteuern und behandeln.

Mitgefühl: Der Wunsch, dass die Wesen frei von Leid und der Ursache von Leid sind. Man wünscht sehr, den Schmerz der anderen zu entfernen .Im Gegensatz zu Mitleid, leidet man nicht mit dem Betroffenen mit, sondern bleibt freudvoll. (Nydahl 2004)

Puja (skt.): gesungene Anrufung auf einen Buddhaaspekt

Rinpoche (tib., wörtl.:Kostbarer): Ehrentitel, der häufig buddhistischen Lehrern verliehen wird.

Stupa (skt.): eine Form, oft als Bauwerk, die vollkommene Erleuchtung symbolisiert, meist mit Reliquien und geschriebenen Mantras etc. gefüllt. Sie wird von Buddhisten als Stelle für überpersönliche Wünsche zum Besten aller Wesen verwendet und dabei im Uhrzeigersinn umschritten. (Nydahl 2004)

Tantra (skt., hier: buddhistisches Tantra): Teil des Großen Weges, bei dem die Identifikation mit Erleuchtung und das Halten der Reinen Sicht die wichtigsten Mittel sind. Das Ziel, Buddhaschaft, wird zum Weg gemacht. Ein schneller Weg zur Erleuchtung, der aber Vertrauen in den eigenen Geist und eine mitfühlende Einstellung voraussetzt. (Nydahl 2004) Im Gyüshi werden die vier Kapitel als vier Tantras bezeichnet, da sie ebenfalls mit dieser buddhistischen Sichtweise zusammenhängen.

Tripa (tib. Galle): eines der drei Körperenergien Wind, Galle und Schleim.

Yogi (skt.:/tib.: Naljorpa): Verwirklicher, buddhistische Übende, die sich, unabhängig von äußeren Sicherheiten oder gesellschaftlichen Regeln, vor allem auf das Erkennen der Natur des Geistes ausrichten. In Asien waren Buddhisten entweder Mönche, Laien oder Verwirklicher. Heute im Westen vermischen sich die Lebensweisen der Laien und der Verwirklicher.

Aus dem Institut Geschichte und Ethik der Medizin
An der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg

Direktor: Prof. Dr. Josef N. Neumann

Thesen

Die Anwendung der tibetischen Medizin in Indien und Nepal

Zur Erlangung des akademischen Grades
<Doktor der Medizin (Dr. med.)>

vorgelegt
der Medizinischen Fakultät
der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg

von Mirja Marie Bramsiepe

geboren am 31.05.1978 in Düsseldorf

Thesen

1. Der Tätigkeitsbereich eines tibetischen Arztes hat sich durch die Ausbreitung der tibetischen Medizin in Indien und Nepal gegenüber seiner ursprünglichen Form verändert. Früher war die tibetische Medizin in Tibet sehr isoliert und außerhalb ihrer Grenzen nicht bekannt. Durch die neue Durchlässigkeit der tibetischen Medizin in westliche Länder, reisen jetzt tibetische Ärzte dorthin, um Patienten zu behandeln. Folglich müssen sich die Ärzte anderen Kulturkreisen anpassen und öffnen. Darüber hinaus entwickeln sich neue Tätigkeitsbereiche, wie die Forschung oder die Ausbildung von Spezialisten.

2. Die tibetische Medizin wird in Indien und Nepal vorwiegend von den Einwohnern dieser Länder in Anspruch genommen. Bei 74,5% der Patienten handelt es sich um Inder oder Nepali. Das bedeutet, dass die ethnische Gruppe der Tibeter, was das Patientenspektrum betrifft, eine Minderheit darstellt.

3. Die meisten Arztpraxen in Indien und Nepal sind sehr gut besucht. Durchschnittlich konsultieren in einer Stadt 68 Patienten pro Tag eine Arztpraxis, wobei in sehr großen Städten über 100 Patienten pro Tag möglich sind. Dies wirkt sich auch auf die Zeit aus, die der Arzt für einen Patienten benötigt. Sie beträgt durchschnittlich sieben Minuten und ist im Vergleich zu der Behandlungszeit eines tibetischen Arztes in Europa relativ kurz.

4. Die hauptsächlichen Ursachen von Krankheiten in Indien und Nepal sind nach Meinung tibetischer Ärzte falsche Ernährung und falsches Verhalten. Dabei gibt es für jeden Konstitutionstypen, in der Unterscheidung Wind, Galle und Schleim und deren Mischtypen, unterschiedliche Ratschläge zu Ernährung und Verhalten, die seine Gesundheit fördern oder sie schwächen. Unter Verhaltensratschlägen versteht man beispielsweise, sich in einer warmer oder kalter Gegend aufzuhalten oder bestimmte körperliche Übungen auszuführen. In der ärmeren Bevölkerung entstehen darüber hinaus viele Krankheiten durch schlechte Hygienebedingungen. Hingegen spielt in der wohlhabenderen Schicht zu viel Stress eine wichtige Rolle als Krankheitsursache.

5. Die am häufigsten angewendeten diagnostischen Methoden der tibetischen Medizin sind die Befragung und die Pulsdiagnostik. Sie werden bei über 90% aller Patienten zur Diagnosefindung verwendet. Jedoch findet man bei einem Viertel der Patienten andere diagnostische Verfahren, darunter die Augen- und Zungendiagnostik, sowie die Beobachtung und Berührung. Die Urindiagnostik wird nur noch selten angewendet, da sie sehr zeitaufwendig ist.

6. Das Krankheitsspektrum, mit dem tibetische Ärzte konfrontiert werden, beinhaltet Erkrankungen aus allen Fachgebieten. Dabei sind die Krankheiten vor allem von der Region abhängig, in der ein Patient lebt. Im kälteren Norden findet man häufiger Leberprobleme, Tuberkulose, Erkältung, Magenprobleme und Arthrose, im warmen Süden dagegen Arthritis, Magenprobleme, geistige Krankheiten, Hautprobleme und Krebs. In Südasien stellen Arthritis, Arthrose und Magenprobleme die häufigste Ursache eines Besuches bei einem tibetischen Arzt dar.

7. Die Therapiemethoden der tibetischen Medizin beinhalten vor allem Ratschläge zur Umstellung der Ernährungsgewohnheiten, Verhaltenveränderungen und das Verschreiben tibetischer Medikamente. Externe Therapiemethoden wie Moxa oder Schröpfen werden nur noch vereinzelt angewendet. Die Ursache hierfür ist ein zu hoher Zeitaufwand.

8. Inzwischen ist es bei den meisten tibetischen Ärzten zu einer Verflechtung der allopathischen und der tibetischen Medizin gekommen, sowohl bei Krankheitsbegriffen als auch bei Untersuchungsmethoden. Beispielsweise wird die Blutdruckmessung von den tibetischen Ärzten als diagnostisches Instrument angewendet. Auch in der Erforschung tibetischer Medikamente arbeiten beide Heilsysteme zusammen. Kritisiert wird an der allopathischen Medizin jedoch häufig das Fehlen von Mitgefühl für den Patienten, sowie das Vorhandensein vieler Nebenwirkungen der allopathischen Medikamente. Dagegen wird die Notfallmedizin und die Chirurgie der allopathischen Medizin hoch bewertet.

9. Eine Inkulturation der tibetischen Medizin in Südasien hat stattgefunden. Tibetische Ärzte arbeiten mit der indischen und nepalesischen Bevölkerung zusammen und werden von dieser häufig unterstützt. Dies geschieht zum Beispiel in Form von finanziellen Mitteln. Seit dem Aufkommen der tibetische Medizin in Südasien findet sie bei den der Bevölkerung einen immer höheren Zuspruch und Anerkennung.

Mirja Bramsiepe · Briennerstraße 54a · 80333 München · Email: mirja@mahamudra.de

Lebenslauf

Angaben zur Person

Geburtsdatum:	31. Mai 1978
Geburtsort:	Düsseldorf
Familienstand:	ledig
Staatsangehörigkeit:	deutsch
Konfession:	römisch-katholisch

Berufserfahrung

Seit Oktober 2005	Assistenzärztin in der Anästhesie Iatros Klinik (München)

Studium

Mai 2005 – Oktober 2005	Arbeit an der Dissertation
Mai 2005	3. Staatsexamen (Note: gut)
April 2004	2. Staatsexamen
April 2003 - Mai 2005	Studium der Humanmedizin an der Technischen Universität München
Oktober 2002 - Februar 2003	Auslandsaufendhalt in Indien und Nepal zur Datensammlung für die Dissertation
August 2001	1. Staatsexamen
September 2000	Physikum
September 1998 - Februar 2003	Studium der Humanmedizin an der Martin Luther Universität Halle-Wittenberg

Schulausbildung

Juni 1998	Abitur
1989 – 1998	Maristengymnasium Fürstenzell (Bayern)
1985 – 1989	Grundschule Ruhstorf (Bayern)

Mirja Bramsiepe · Briennerstraße 54a · 80333 München · Email: mirja@mahamudra.de

Weitere fachspezifische Tätigkeiten

April 2001 – August 2002	Abteilung für Nephrologie, Nachtwachen Elisabethkrankenhaus Halle/Saale (Sachsen Anhalt)
Oktober 2000 – Februar 2001	Hospiz am St. Elisabethkrankenhaus in Halle/Saale Ausbildung zur Sterbebegleitung und praktische Arbeit Halle/Saale (Sachsen Anhalt)

Sonstiges

Sprachkenntnisse	Englisch: fließend in Schrift und Sprache Französisch: Schulkenntnisse Spanisch: Schulkenntnisse
Hobbys	Meditation, Auslandsreisen

München, im Dezember 2006

____

Mirja Bramsiepe

Erklärung:

Ich erkläre hiermit, dass ich die vorliegende Dissertation selbst verfasst habe und keine anderen als die darin angegebenen Hilfsmittel benutzt habe.

Ich versichere, dass ich diese Arbeit bisher noch an keiner anderen Universität oder Hochschule vorgelegt habe.

München, im September 2006

____

Mirja Bramsiepe

Hinweis auf Publikationen von Ergebnissen:

Ein Artikel über diese Dissertation ist erschienen in:
Buddhismus heute 40, Winter /Frühjahr 2006, S. 62-66
Titel: Tibetische Medizin in Indien und Nepal

Danksagung

Auf meiner Reise durch Indien und Nepal und auch bei der Fertigstellung der Dissertation in Deutschland habe ich vielfältige Unterstützung erhalten. Vor allem möchte ich mich bei meinem Doktorvater Professor Neumann bedanken, der mich während der gesamten Arbeit hervorragend betreut hat. Ein besonderer Dank gilt auch Professor Aschoff vom Universitätsklinikum Ulm, der die Idee zu diesem Thema hatte, und mir viele wertvolle Ratschläge geben konnte. In Kalimpong erhielt ich dank Barbara Gerke, die das Institut über traditionelle asiatische Medizin in Kalimpong gründete, umfangreiche Literatur über tibetische Medizin. Außerdem konnte sie den Kontakt zu einigen tibetischen Ärzten in dieser Region herstellen. Ein großer Dank gilt auch Dawa Tsering, der mich mit sämtlichen tibetischen Ärzten aus dem Kathmandu-Tal bekannt gemacht hat. Ebenfalls bedanken möchte ich mich bei Dr. Dorje Keldor aus Gangtok, der die Zugfahrten durch Indien für mich organisierte und die Kontakte zu den Ärzten in Südindien herstellte.

Des Weiteren bedanke ich mich bei dem Direktor des Men-Tsee-Khang in Dharamsala, Dr. Dorjee Raphen Nechar aus Bangalore und Mr. Paksam aus Dharamsala. Sie haben es mir ermöglicht viele Ärzte treffen und befragen zu können. Ein besonderer Dank gilt auch Anna Bach, die mir sehr bei der Übersetzung der tibetischen Begriffe half. Auch bei meinen Eltern möchte ich mich für ihre ständige Begleitung und Unterstützung bedanken.